اوم تت ست

ایک عظیم کتاب

موکھش دوار

یا

یوگ درشن

مترجم و مرتبہ

شری شیو ناتھ رائے تسکین حافظ آبادی

ناشران

موہن لال مالک چاند بک ڈپو

کھاری باؤلی دہلی

قیمت فی جلد ۵/

۱۰/

نام کتاب ________ موکھش دوار یا یوگ درشن
مترجم و مرتب ________ منشی شیوناتھ رائے تسکینؔ
ناشران ________ چاند بک ڈپو، کھاری باؤلی دہلی
مطبوعہ ________ اعلیٰ پرنٹنگ پریس دہلی
کتابت ________ منشی مکٹ لعل ورما
قیمت فی جلد ________ روپے 6/:

۱۹۷۴ء

اپنی بات

میرے محترم دوست شری موہن لعل جی بجاج مالک چاند گیڈپو کھاری باؤلی دہلی عرصہ سے یوگ کے موضوع پر ایک مستند کتاب لکھنے کے لئے کہہ رہے تھے۔ لیکن عدیم الفرصتی کیوجہ سے میں جلدی اس طرف توجّہ نہیں دے سکا۔ اب تھوڑی بہت فرصت ملنے کے بعد یہ کتاب "یوگ درشن" قارئین کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔ اُمید ہے کہ یہ کتاب بھی میری دُوسری کتابوں کی طرح شہرت دوام حاصل کریگی۔

یہ نہایت ہی دلچسپ، مُفید اور یوگ کے موضوع پر صاف روشنی ڈالنے والی کتاب ہے۔ جو شخص اسے پڑھے گا، وہ آئینے کی طرح صاف صاف سمجھے گا کہ یوگ کی تعلیم کیسی پُر مغز، حکیمانہ، عملی اور مُفید مطلب ہے۔ جتنا سمجھے گا، فلسفہ یوگ کی حقیقت کھُلے گی۔ اور مضمون میں دلچسپی بڑھے گی۔ جو شخص یوگ سے واقف ہے، اُسے اس کتاب کو پڑھ کر بہت سی نئی باتیں ملیں گی۔ بہت سے پیچیدہ مسئلے حل ہو جائیں گے۔ بہت سے شکوک و شبہات رفع ہو جائیں گے۔ غرضیکہ ہر طرح اپنے پہلے علم میں اضافہ پائے گا اور فائدہ عظیم اُٹھائے گا۔

یوگ کی اخلاقی تعلیم نہایت اعلیٰ درجہ کی ہے۔ اس میں اضطراب قلب کو دُور کرنے

کے طریقے بتائے گئے ہیں۔ شانتی، اطمینان اور سکون کی راہیں دکھائی گئی ہیں اور سمادھی کی حالت تک پہونچانے کے وسائل بیان ہوئے جیت کی برتیوں پر جیسی روشنی اِس کتاب میں ڈالی گئی ہے وہ بیان میں نہیں آ سکتی۔ یوگ شاستر صرف یوگ ابھیاسیوں کے لئے ہی نہیں ہے بلکہ دھرمی، اکرمی، بھگت اور گیانیوں کے واسطے بھی یکساں مفید ہے۔ پرماتما قارئین کرام کو توفیق بخشے کہ وہ اِس سے فیضیاب ہو کر کسی درجے کو پہنچیں۔

کتاب مرتب کرتے وقت میرے سامنے مہرشی پتنجلی کا یوگ درشن (گیتا پریس) یوگ کے موضوع پر سوامی شیوانند جی کا لٹریچر، سوامی وویکانند جی کا راج یوگ۔ سوامی سیارام جی کا موکھش سادھن اور منشی سورج نرائن مہر کا اشٹانگ یوگ رہا ہے میری کتاب اِن تمام کتابوں کا عکسِ لطیف ہے۔ کتاب میں نے آسان اردو میں پیش کرنے کی سعی کی ہے۔ فلسفے کی تشریح میں پیچیدہ بحثوں اور لفظی گورکھ دھندوں سے پرہیز کیا ہے۔ اخلاقی عملیات کو دانستہ تشریح و توضیح کے ساتھ لکھا ہے تاکہ قارئین کرام کو معلوم ہو کہ کسی اصول پر عملدرآمد کیونکر ہوا کرتا ہے؟ کن باتوں کو عمل میں لانا چاہیئے اور کیونکر؟ کن سے پرہیز واجب ہے اور کس طرح؟

اب ورق الٹیئے اور اخلاق کو سدھارنے والے، قوائے نفس کو ترقی دینے والے شانتی کی راہ چلانے والے، روحانیت کا راستہ دکھانے والے اور موکھش مارگ پر پہونچانے والے اِس شاستر کو پڑھیئے۔

فقیر تسکین حافظ آبادی

"سادھو کٹیر" 6/7 کارکاجی، نئی دہلی ۱۶

۱۵ر اگست سنہ ۱۹۷۲ء

؎

وقتِ گذراں تھم گزر جاتا ہے
انسان آتا ہے ، آکے مر جاتا ہے
ہے زندہ جاوید وہی نیک نام
جو آن کے کچھ کام بھی کر جاتا ہے

سفرِ زندگی

جو آئے یہاں بسکہ تھے فانی نہ رہے　　دُنیا ہے یہ چیز آنی جانی نہ رہے!
اے مہر ہماری تو حقیقت کیا ہے　　گیانی نہ رہے جہاں میں دھیانی نہ رہے

بے سود کبر ہیچ سبب مستی ہے　　سر قہر اُبھارتے ہی یہاں لیتی ہے
دُنیا میں ہے انسان حباب لبِ جُو　　بس آنکھ کھُلی کہ کالعدم ہستی ہے

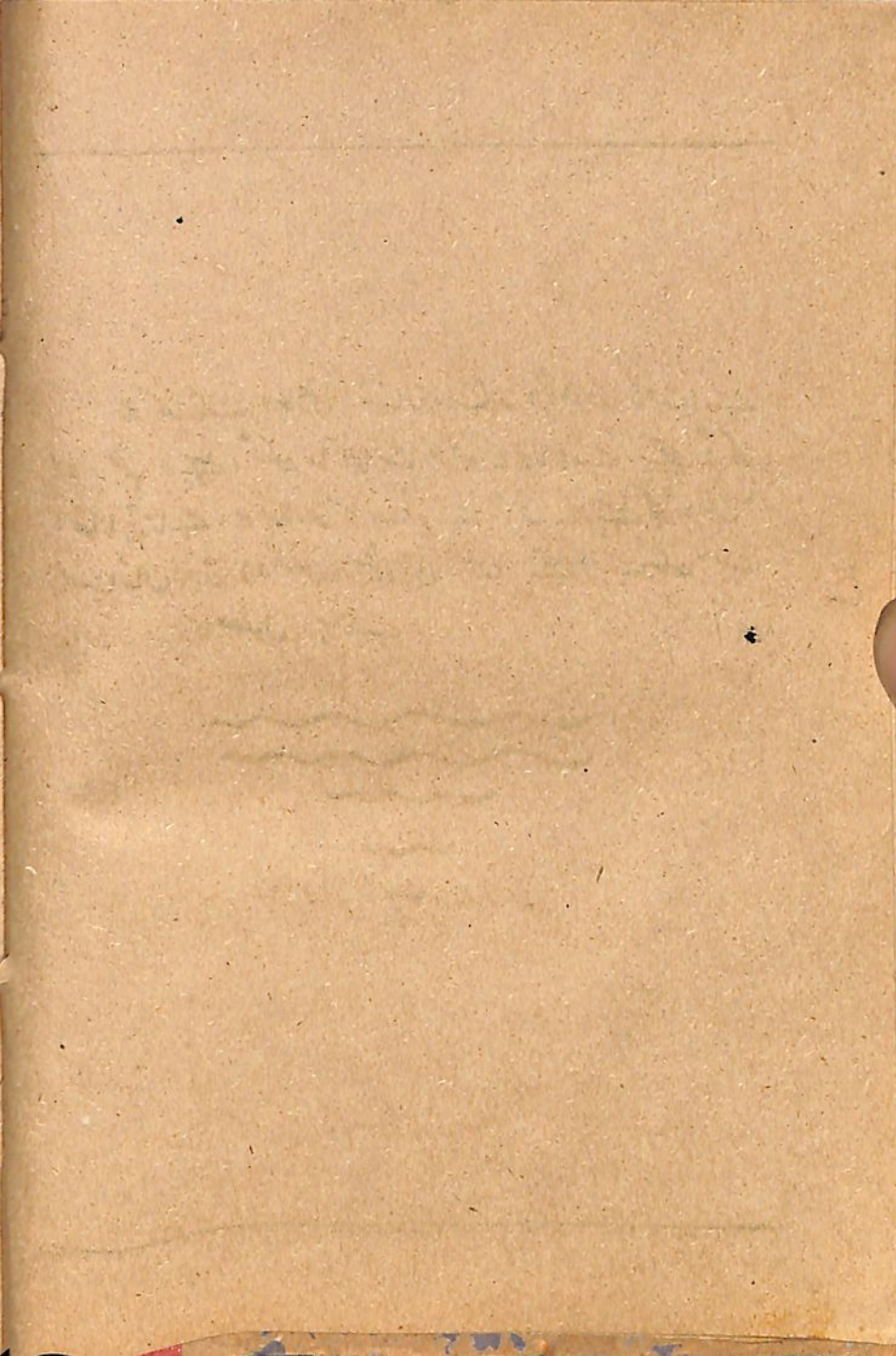
میرا لکش

میرا یہ لکش ہے کہ میں پُرشوں تتھا اِستریوں میں اِس بات کی جاگرتی کرادُوں
کہ یدی وہ دیوہار کو شُدھ رکھ کر آہار سَاتوِک کریں
اور شریر کو ٹھیک رکھیں اور وِشیوں
سے من کو ہٹا کر انترمُکھ کریں
تو اُن کو اپنے بھیتر کے
خزانے کا
پتہ لگ
سکتا
ہے

چیتاونی

اپنے جیون کو اُنتی کے مارگ پر ہی لے جاتے رہو۔ کوئی بُدھیمان مُنش کبھی سمے کو نشٹ نہیں کرتا۔ جو سمے گُذر گیا، پھر ہاتھ نہیں آ سکتا۔

بیتی تاہی بِسار دے، آگے کی سُدھ لے
جو بن آوے سہج میں، تاہی میں چِت دے

جو کھشنک (عارضی) سنساری سُکھ (دُنیادی راحت) ہے وہ پرنتم (پہلے) سُکھ سا بھاستا (محسوس ہوتا) ہے۔ پیچھے دُکھ اُٹھانا پڑتا ہے۔ جو پرمارتھ کا سُکھ ہے، اُس سے پہلے کچھ دِنوں تک کٹھنائیاں ہوتی (دِقتیں درپیش آتی) ہیں۔ پیچھے اننت سُکھ (بہت زیادہ راحت کا حصُول) ہوتا ہے۔

اپنے گورُو

پنڈت کیدار ناتھ پربھاکر

ودّیا بھاسکر

کو

سادر سمرپت

پہلا باب

سُکھ اور دُکھ

۱۔ سُکھ دُکھ

سنسار نہ دُکھ رُوپ ہے، نہ سُکھ رُوپ ہے۔ بہت کچھ سُکھ دُکھ کیول مانسک ہے۔ ارتھات کلپت ہے۔ یعنی دھوکہ ہے۔

جو شاریرک (جسمانی) دُکھ ہیں، وہ بھی بہت کچھ ابھیاس پر نربھر (منحصر) ہیں۔ جس قدر سہن شکتی (قوّتِ برداشت) زیادہ ہے، اُسی قدر شاریرک دُکھ بھی کم معلُوم ہوتا ہے۔ پرنتو یہ کہنا کہ شاریرک دُکھ بالکل نہیں ہے، اپنے انوبھو (تجربہ) سے باہر ہے۔ شاریرک سُکھ بھی ہیں۔ پرنتو بہت تھوڑی دیر رہنے والے ہیں یعنی TRANSISTARY OR PASSING

(کھشنک) ہیں۔ دُکھ زیادہ دیر تک ٹھہرنے والا انوبھو میں آتا ہے۔
وشیک سُکھ (محسوسات کی لذات) بہت کھشنک (عارضی) ہیں۔
البتہ یوگ ابھیاس سے جو شاریرک سُکھ (جسمانی راحت) ہوتا ہے۔ وہ دیر تک رہنے والا ہے۔ پرنتو یہ سب سنسارک یا پراکرتک سُکھ کے انترگت (تحت) ہیں۔ اور وچترتا یہ ہے کہ اِس سُکھ کے لئے منش انیک پرکار کے کرم کرتا ہے۔ اور جب غلطی ہو جاتی ہے، تب دُکھ ادھک اُٹھانا پڑتا ہے۔
یہ جو کہتے ہیں کہ سنسار دُکھ مئے ہے۔ اِس کا آشیہ (مطلب) ہم یہی سمجھتے ہیں کہ شاریرک دُکھ، سُکھ کے مُقابلہ میں بہت ہیں۔ جیسے کوئی پدارتھ (چیز) اتی گرشٹ (دیر ہضم) ہونے پر یدی سُواد (ذائقہ) کے سُکھ کے لئے ادھک (زیادہ) کھالی جائے تو وہ سُکھ تبھی تک ہوتا ہے، جب تک کہ وہ پدارتھ (چیز) جِھبیا (زبان) کے نیچے نہیں چلا گیا۔ اور یہ سمے، آپ جانتے ہیں کہ بہت تھوڑا ہوتا ہے۔ پرنتو، یدی اُس سے پیٹ میں درد ہو گیا، تو وہ شُول (سُول) بہت دیر تک رہتی ہے۔ دُوسرے مانسک (من کا) سُکھ بھی تھوڑی دیر کا ہے۔ اور اُس کی پُورتی (پُورا کرنے کے لئے) بہت دُکھ اُٹھانا پڑتا ہے۔ اور اگر غلطی ہو گئی تو شاریرک دُکھ (جسمانی تکلیف) بھی ہو جاتا ہے۔ جیسے کہ کوئی اسادھیہ روگ (لاعلاج مرض) ہو گیا۔ تب وہ جنم بھر تک دُکھ دیتا رہتا ہے۔

۲۔ باہری وبھیتری سُکھ

جن کو بھیتری سُکھ (باطنی راحت) کا گیان نہیں ہے، وہ تو باہری ہی کھشنک

رہتے ہیں اور جیتے جی نرک بھوگتے رہتے ہیں۔ پرنتو اِس میں اُن کا کوئی قصور نہیں ہے۔ کیونکہ اُن کے بھیتر کے کپاٹ تو بند ہیں۔ اِس لئے جیسا اُن کو سوجھ رہا ہے، ویسا کہہ رہے ہیں۔ انوبھوی کو (تجربہ کار کو) اپنے تجربہ کے مُطابق چلنا چاہیئے۔

۳۔ سنسارک و پرمارتھک سُکھ

جو کھشنک (عارضی) سنسارک سُکھ (دُنیاوی راحت) ہے۔ وہ پہلے سُکھ سا بھاستا (محسوس ہوتا) ہے۔ پیچھے بہت دُکھ اُٹھانا پڑتا ہے۔ جو پرمارتھ کا سُکھ ہے۔ اُس میں پہلے کچھ دِن کٹھنائی (دِقّت) محسوس ہوتی ہے۔ پیچھے اتنت سُکھ (بہت زیادہ راحت) ہوتا ہے۔

۴۔ دُکھ سے لابھ

شریر (جسم) کی مرمّت تو کرنی ہی پڑیگی۔ اور جو کچھ اِس میں دُکھ ہوں گے وہ بھی برداشت کرنا پڑیں گے۔ چاہے رو کر برداشت کئے جائیں، چاہے وچار کے ساتھ۔ یہ مانسک اوستھا (دماغی حالت) پر نربھر (انحصار رکھتا) ہے۔ شریر کا دنڈ (سزا) سب کو بھوگنا پڑتا ہے۔ سمجھدار آدمی وِچار سے بھوگتا ہے اور مورکھ و جاہل رو کر بھوگتا ہے۔

ہمارا انوبھو (تجربہ) یہ ہے کہ شاریرک دُکھ (جسمانی تکالیف) آتمک اُنتی (رُوحانی ترقّی) میں اِتنا وگھن (رُکاوٹ) نہیں ڈالتے، جتنا کہ مانسک

(من کا) دُکھ ڈالتا ہے۔ شاریرک دُکھ (جسمانی تکلیف) جتنا ہوتا ہے۔ اس میں مانسک دُکھ شامل نہ ہونے پائے۔ پھر اگر وچار کا سہارا رہے تو وہی دُکھ اُنتی میں (ترقی میں) سہائیک (ممد و معاون) بن جاتا ہے۔ آپ وِدوان ہیں، سُویم (خود) جان سکتے ہیں۔ پارس بھاگ میں لکھا ہے کہ مہاتماؤں کو کوئی نہ کوئی دُکھ لگا رہتا ہے۔ اس سے اُن کے دھیریہ (حوصلہ۔ صبر) کی پریکھشا (امتحان) ہوتی رہتی ہے۔ اور سہن شکتی (قوت برداشت) بڑھتی جاتی ہے۔

۵۔ دُکھ کے کارن

سنسار دُکھ مئے ہے۔ یہ جو تین پرکار کی اِشنائیں ہیں۔ پُتر کی، وِت کی لوک کی، یہی دُکھ میں ڈالتی ہیں۔ جس کا من اُن کو صحیح طور پر چھوڑ نہیں چکا ہے اُس کو نہ یہاں سُکھ ہے اور نہ آگے ہوگا۔ ہاں جو وِویکی اور دھیریہ وان (عاقل اور صابر و شاکر) پُرش اِن میں نہ پھنس کر شریر یاترا (سفرِ زندگی) کے لئے کرم کرتا رہتا ہے وہ ہمیشہ کے لئے دُکھ سے مُکت ہو جاتا ہے۔ جیتے جی مانسک دُکھ (من کے دُکھ) سے تو چھُوٹا ہُوا رہتا ہی ہے، پرنتو آگے کو شاستر کہتا ہے کہ وہ نِربھے (بے خوف) ہو کر اِس شریر کو چھوڑ جاتا ہے۔ اور پھر جگر میں نہیں پڑتا۔

۶۔ کون سُکھی ہے؟

اِس دُنیا میں دو ہی پرکار کے لوگ سُکھ سے رہ سکتے ہیں۔ ایک تو وہ جو کہ دُنیا کی باتوں کو بالکل سمجھتے ہی نہیں۔ بالکل نہیں جانتے۔ دُوسرے وہ جو کہ

دُنیا کی باتوں کو بالکل سمجھتے ہی نہیں، بالکل نہیں جانتے۔ دُوسرے وہ جو سمجھتے ہیں۔ پرنتو بالکل پرواہ نہیں کرتے۔ وِچار، وِویک کے آدھار پر اپنی یاترا (سفر) پُوری کرتے ہیں۔ اور بیچ والے گڑبڑی میں رہتے ہیں۔

۷۔ دُکھی سنسار

میرے پاس جو آتا ہے، دُکھی ہی آتا ہے۔ اُس کا دُکھ دُور کرنے کی شکتی (طاقت) تو میرے اندر نہیں ہے۔ پرنتو دُکھی ضرور ہو جاتا ہُوں۔ میں اُس کا دُکھ دیکھ کر اپنے آپکو دُکھی ہونے سے روک نہیں سکتا۔ یہ میری کمزوری ہے۔ جو سُکھی ہے، وہ بھلا کیوں آئے گا؟ اُس کو کسی کی کیا پرواہ ہے؟ جہاں میں جاتا ہُوں، دُکھ کی گھٹنائیں (افکار و حوادث) سامنے آتی ہی رہتی ہیں۔ سنسار اِن سے بھرا ہُوا ہے۔ دُکھ کے سوائے تو کوئی چرچا ہی نہیں معلوم ہوتی۔ اخبارات میں دُکھ کے سوائے کوئی بات ہی نہیں ملتی۔ پُستکیں جتنی ملتی ہیں، دُکھ ہی کے ورنن (بیان) میں سماپت ہو جاتی ہیں۔ دُوسروں کا دُکھ دیکھ کر میں اپنا دُکھ بھُول جاتا ہُوں۔

۸۔ سُکھ کیا ہے؟ دھوکہ ہے

لوگ پرایا دُکھ نِورتی (دُکھ کے دُور ہو جانے) کو ہی POSITIVE ڈائنوک سُکھ (اصلی راحت) سمجھ لیتے ہیں۔ دُکھ نِورتی (دُکھ دُور ہو جانے) کی حالت میں پہونچنے پر جو (RELIEF) راحت سی محسُوس

ہوتی ہے۔ اُسی سُکھ میں پھنسے رہتے ہیں۔ اور کوئی تو دُکھ کو ہی سُکھ سمجھ بیٹھتے ہیں۔ اور اُسی میں مست رہتے ہیں۔ لیکن جو سمجھتے ہیں کہ یہ سچ دھوکہ ہے۔ واستوک (اصلی) (POSITIVE) سُکھ نہیں مِلتا۔ اُن کو یہ جیون قَید پرتیت (محسوس) ہوتا ہے۔ جو اِس بات کو اُنوبھو (محسوس) نہیں کرتے۔ وہ بھلے ہی ٹھیک ٹھیک سمجھنے والوں کو بُرا بھلا کہیں۔ پرنتو اُن کا اِس سے کچھ نہیں بگڑتا۔ اُن کی درِشٹی (نگاہ) میں جو کچھ سنسار کا بھان ہو رہا ہے (دِکھائی دے رہا ہے) وہ سب بے فائدہ ہی ہے۔ نہ بھان ہو (نہ محسوس ہو) تبھی ٹھیک ہے۔ پھر اُنھیں بھلا دوسروں کا نظریہ کیا ہانی (نقصان) پہونچا سکتا ہے؟ کٹھنائیوں (مشکلات) کا کوئی انت (حد) نہیں ہے۔ جو وِچاروان (دانا) ہیں، سمجھ سکتے ہیں۔ ہر ایک کی سمجھ میں آنا کٹھن ہے۔

۹۔ سُکھ دکھ میں سمتا

سوال ــــ جب سُکھ دُکھ گیانی کے لئے سم (برابر) ہیں پھر اُسے درد کیسے ہوتا ہے؟ رِشی کیش میں تو سُوامی پُورن آشرم جی تو ٹھنڈ میں باہر ہی پڑے رہا کرتے تھے۔ ایکدن کسی دُشٹ نے اُن کا کندھا شستر (ہتھیار) سے کاٹ ڈالا۔ لیکن اُنھوں نے کچھ نہیں کہا۔ اور چُپ چاپ چلے گئے۔ اِس سے پرتیت ہوتا ہے کہ اُن کو کشٹ نہ بھاسنا ہوگا (تکلیف نہ محسوس ہوتی ہوگی۔)

جواب ـــــ درد سب کو ہوتا ہے۔ ہاں سہن شکتی (قوت برداشت ضرور کہہ سکتے ہیں۔ مانسک کشٹ (من کی تکلیف) نہ شامل کرو تو شاریرک کشٹ (جسمانی تکلیف) اتنا نہیں پرتیت (محسوس) ہوتا۔ گیانی دھیریہ وان (باحوصلہ) ہوتا ہے۔ سب کشٹ برداشت کر جاتا ہے۔ چوٹ کے کشٹ سے گیانی کے نت نیم (میں)، بھجن آدی میں کوئی بادھا (رکاوٹ) نہیں پڑیگی۔ سوامی پورن آشرم جی بھی تو انت میں کہہ گئے تھے کہ دکھ سکھ بالکل سم (برابر) ہونا اسمبھو ہے (ناممکن ہے)۔ ہاں سہارنا (برداشت کرنا) دوسری بات ہے۔ سہارنے (برداشت کرنے) وہ پورے ماہر تھے۔ ایکدن ایک ان پڑھ پٹھان نے کسی بات پر اکڑ کر یہ کہا ـــــ "ہماری انگلی کاٹ لو۔ ہم ذرا بھی نہیں گھبرائیں گے" اس نے انگلی آگے کر دی۔ اور دوسرے نے واقعی انگلی کاٹ ہی ڈالی۔ لیکن وہ ذرا نہیں ڈگا۔ چپ چاپ سہہ لیا۔ یہ آتم گیان نہیں، بلکہ سہن شکتی (قوتِ برداشت) ہے۔

۱۰۔ اپنا نوبھو

شریہ اور من دونوں دکھ دیتے ہیں۔ اور ان سے لا بھ کچھ نہیں پرتیت (محسوس) ہوتا۔ یدی یہ دکھ نہ دیں، تب بھی کوئی کام نہیں نکل سکتا۔ یدی یہ چپ رہیں اور نکمے سے پڑے رہیں۔ تب ہی ٹھیک رہتا ہے۔ پرنتو ایسا ہونا اسمبھو (ناممکن) ہے۔ کیا ہوا جو تھوڑی دیر کے لئے چپ ہو گئے۔

ستھائی (دائمی) طور پر چُپ نہیں رہتے۔

شریر (جسم) کے لئے تو پہلے انوکُول (موافق) ستھان ہی نہیں مِلتا۔ یدی کبھی دیوسنجوگ (حُسنِ اتفاق) سے کچھ انوکوتا ہو گئی، تب بھوجن کا پربندھ کٹھنتا سے (مُشکل سے) ہوتا ہے۔ اُس میں یہ دِقّت پیش آتی ہے کہ انوکول پدارتھ (موافق اشیاء) کا مِلنا کٹھن ہو جاتا ہے یدی کچھ انوکول پدارتھ (موافق اشیاء) مِل بھی گئے، تو لکڑی کی کٹھنائی آن پڑتی ہے۔ یدی اُس کا کچھ بندوبست ہو گیا، تب بھوجن بنانے میں بڑی دِقّت پیش آتی ہے۔ یدی باہر بنائیں تو دھوئیں سے بچتے ہیں۔ ہوا تنگ کرتی ہے۔ یدی بھیتر بنائیں تو دھواں تنگ کرتا ہے۔ خیر! جوں توں کر کے جب بھوجن تیار ہو گیا، تب کھانے کی کٹھنائی معلوم ہوتی ہے۔ جبڑوں سے کچھ کام چلتا ہے۔ پرنتو یدی کبھی جبڑے نکمّے ہو گئے تب اور بھی کٹھنائی ہو جاتی ہے۔ اب یدی جبڑے ٹھیک بھی ہوئے تب بھی پتہ لگانا کٹھن (مُشکل) ہے کہ کتنا بھوجن اندر ڈالیں، جو کہ ٹھیک ٹھیک ہضم ہو جائے اس میں اکثر دھوکا ہی ہو جاتا ہے۔ پھر اُسی کا پھل دُکھ کھڑا ہو جاتا ہے یدی کچھ سنبھل کر کھایا بھی گیا، تب پچانے کی فکر ہوتی ہے۔ اس کے لئے گھومنا پھرنا پڑتا ہے۔ یدی گھومنے پھرنے کا موقعہ نہ ملا تو دُوسرے دِن بھوک میں فرق پڑ جاتا ہے۔ اگر گھومنے پھرنے کا موقعہ ملے بھی تو بھی نِتیہ پرتی (روزانہ) آتناہی سفر ہو۔ یہ کٹھن (محال) ہے۔ کِسی طرح چلنے میں ہیر پھیر ہونے سے سفر میں کمی بیشی ہو جاتی ہے۔ جس سے کہ آگے لگنے

والی کھشدا (بھوک) میں کمی بیشی ہو جاتی ہے۔ اب بنانے والا' بنانے سمے کیسے جانے کہ کتنی بھوک لگے گی ؟ پھر صبح کو شوچ جانے (حوائج ضروری سے فارغ ہونے) کا انتظام الگ ہے۔ بستی کے بنا سُگمتا سے شوچ نہیں آتا۔ یہ سب باتیں ہونے پر بھی یدی نِدرا ٹھیک ٹھیک نہ آئے تو بھی مشکل ہے۔ شریر یاترا (سفر زندگی) کے لئے جو دوسروں کے سامنے دِین ہونا پڑتا ہے وہ الگ ہے۔

اب مَن میں کبھی کہیں کی اِچھّا ہو جاتی ہے ، اور کبھی کہیں کی یدی، اُس سے پوچھا جائے کہ اِس اِچھّا کے پوری ہونے سے کیا لابھ ہو گا تب کوئی جواب نہیں مِلتا۔ پرنتو کوئی کوئی اِچھّیا اِتنی تنگ کرتی ہے کہ زکھک سِدّھ ہونے پر بھی نہیں جاتی۔

جب تک شریر ہے کوئی نہ کوئی جھگڑا لگا ہی رہتا ہے۔ شریر چھوٹنے کے بعد پربھو بالکل شریر سے الگ رکھیں تو ٹھیک ہے ورنہ پھر یہی دُکھ جھیلنا پڑیں گے۔ اچھّا۔ جیسے پربھو کی مرضی ہو گی ویسے ہی ہو گا۔

۱۱۔ ناٹک ہے، دکھائی ہے، فضول ہے

یہ سب ایشور کی کرپا سے ناٹک سا پرتیت (محسوس) ہو رہا ہے یہ شریر یاترا ہی ناٹک ہے۔ مَن کی لہریں بھی ناٹک ہیں۔ اور کہاں تک کہوں ، اِس وقت سب کچھ ناٹک پرتیت (محسوس) ہو رہا ہے۔ یہ بھی

ساتھ ہی پرتیت ہو رہا ہے کہ یہ ناٹک فضول ہے۔ دُکھ دائی ہے۔ اِس میں سُکھ کا ابھاو ہے۔ سُکھ اِس سے پرے ہے۔ پرنتو پھر بھی کلوگ وش ناٹک دیکھتا ہی ہے۔ پتہ نہیں یہ سلسلہ کب تک جاری رہے گا۔ یدی آگرہ سے پربھو اِس سے بالکل مکتی دے دیں گے تو ٹھیک ہے۔ ورنہ ایسی ہی قید پھر بھوگنا پڑے گی۔ خیر یہ بات اپنی بس کی نہیں ہے۔ ایشور ادھین ہے۔ اِس سے اُس کی مرضی پر چھوڑ کر رہنا ٹھیک ہے۔

Come what may, we have launched our vessel on the waves

(جو ہونا ہے، سو ہوتا رہے۔ ہم نے اپنی کشتی منجدھار میں ڈال دی ہے)

۱۲۔ دُکھ کے سرونتھا ناش کا پرتھم اُپائے کرو

جو وچار شیل منش ہیں، وہ پہلے ایک راستے کو آزما کر دُوسرے کو، پھر اُس سے تیسرے کو، پھر چوتھے راستے کو گرہن کرتے ہیں۔ کہ جس سے دُکھ کے کارن کا ناش ہو جائے۔ وہ اِس بات کی پرواہ نہیں کرتے کہ دُوسرے بھی دُکھ کے کارن کا ناش کرتے ہیں یا نہیں۔ کیونکہ وہ جانتے ہیں کہ جو دوا کا استعمال کرتا ہے، وہ دُکھ سے چھوٹتا ہے۔ جو نہیں کرتا، وہ دُکھ میں پڑا رہتا ہے۔ اِس لئے اگر کوئی پُرش اِتنی تیبر اِچھا (زبردست خواہش) رکھتا ہے کہ وہ شانتی کے شکھر پر چڑھے بغیر دم نہیں لے گا، تو سمجھ لیجئے کہ پہلے تتھا

اِس جنم میں کچھ دیکھ چکا ہے کہ سنساری پرواہ میں چلنے سے ــــ دُنیا کے بہاؤ کے ساتھ بہنے سے سُکھ نہیں ہو سکتا۔ سنساری (دُنیاوی) ترّقی، جس کی آشا سنساری لوگ پرتی کشن (ہر لحظہ) لگائے رہتے ہیں، وہ اُسے کچھ نہیں سمجھتا۔ جو لوگ ایسے ہوئے ہیں۔ اُنھوں نے دُنیاوی ایشوریہ (آرام و راحت) کو لات ماری ہے۔ اور آتمک اُنتی (رُوحانی ترّقی) میں کلیان (بہتری و بہبُودی) دیکھی ہے۔ اور پھر پیچھے دُوسروں کو بھی اِسی ہی ست مارگ کا اُپدیش کیا ہے۔ جیسے بھگوان بُدھ، مہاراجہ بھرتری ہری وغیرہ ــ ممکشو کو (سالک کو) اپنے ہی دیوہار میں شامل ہونا چاہیئے جس سے کہ اُس کے سرو سریشٹھ آدرش (افضل ترین نصب العین) میں وِگھن (رُکاوٹ) نہ پڑے۔ پیچھے یدی اس کی رُچی ہو تو پرُوپکار کاریہ (خدمتِ عامہ) میں یوگ (تعاون) دے سکتا ہے۔ اُس وقت کاریہ بھی دُوسرے ڈھنگ سے ہوگا یعنی ادھک اُتم اور سُچارُو رُوپ سے ہوگا۔

جب منشیوں کو سخت پیاس لگتی ہے۔ زبان سُوکھنے لگتی ہے۔ بولا نہیں جاتا اُس سمے وہ یہ نہیں سوچے گا کہ پیاس کس نے پیدا کی؟ کب اور کیونکر ہُوئی؟ بلکہ اُس سب سے پہلے پانی کے حصُول کی خواہش ہوتی ہے اور اُسے پی کر وہ شانت (صبر) ہو جاتا ہے۔ وہ یہ نہیں جانتا کہ ترشنا (پیاس) دُنیا میں کس پرکار آئی۔ ایسے ہی دُنیا میں لوگوں کو انیک مہان دُکھ (سخت ترین تکالیف) درپیش ہیں۔ اُن کی جڑ کاٹنے کا سامان بھی ہے۔ پھر اس فلسفہ، سائینس اور دلیل بازی کی ضرورت ہی کیا ہے کہ دُنیا کس وقت سے ہے؟ ایشور اِس کو کیوں پیدا کرتا ہے؟ شاستروں کی آگیا کے مطابق عملی جیون بنانا چاہیئے۔

دیکھیے! کتنے دِنوں میں اِس بات کا ٹھیک ٹھیک پتہ
لگا ہے کہ اصل میں کس بات سے پرانی کا کلیان ہوتا ہے۔ پھر اِس
سچائی کو سمجھ کر یدی اُسے زور سے نہ پکڑ لیا تو گھاٹا ہی رہے گا
کیول جان لینا ہی تو کافی نہیں۔ اُس سے بل پُوروک چلنے سے کچھ ہوگا
بابو لوگ صرف قرارداد (Resolution) پاس
کرنے میں کرتیہ کرتیہ ہو جاتے ہیں۔ عمل کی اِتنی پرواہ نہیں کرتے۔ تبھی تو
ٹھوکریں کھاتے ہیں۔

کوری باتوں کے فلسفہ (Philosophy) سے
یعنی دلیل بازی سے کچھ کام نہیں بنے گا۔ عملی فلسفہ کارآمد ہوگا۔

دُوسرا باب

دھیریہ اور پرشارتھ

ا۔ دکھ اور دھیریہ

جب دُکھ کا کارن اُپستھت ہوتا ہے تب دُکھ ہونا سوابھاوِک ہے۔ پرنتو دھیرِوان کو چاہیئے کہ سرِشٹی کے نیموں کو دیکھتا ہُوا دھیریہ (حوصلہ) کے ساتھ دُکھ کو سہارے (تکلیف کو برداشت کرے)۔ جو ہونہار ہے وہ پربَل ہے۔ جس کے ذریعہ جو ہونا ہوتا ہے وہ ہو کر رہتا ہے۔ یہ نیم (اصُول) ہے۔ سارے سنسار میں دُکھ ہی دُکھ نظر آ رہا ہے۔ پھر کیا کیا جائے؟ ایشور کی مرضی ہی ایسی ہے۔ ایسی اوستھا (حالت) میں اس کے سوا کوئی اُپائے دِکھائی نہیں دیتا کہ گھبرانا نہیں چاہیئے۔ دھیریہ (حوصلہ) رکھے۔ اور شانتی کے ساتھ جو اُپائے

دُکھ دُور کرنے کا سُوجھے اُسے کرتا رہے ۔ سمے پا کر دُکھ اپنے آپ ہی ختم ہو جائیگا وچار اور دھیریہ کو کبھی نہ جانے دے ۔ گھبرایا ہُوا اور شوک گرست چت (غمگین دل) ٹھیک اُپائے نہیں سوچ سکتا ۔ بلکہ کبھی کبھی اُلٹا کام کر بیٹھتا ہے ۔ جس سے کہ وہ دُکھ اِدھک بڑھ جاتا ہے ۔

پیارے ! بھوگ بلوان ہے ۔ جو دُکھ ہے ، وہ پاپ کا پھل کہا جاتا ہے ۔ اِس کو جڑ سے اُکھاڑنے کے لئے دھرم کا سہارا اُکھشیہ ہے ۔ علاج دُوسرے درجہ بس ہے ۔ ورنہ اپنا پھل دیکر ہی ختم ہوتا ہے ۔ کرم کے پھل میں سب جیو پرادھین ہیں ۔ پاپ کا پھل سب کو بھوگنا ہی پڑتا ہے ۔ مُورکھتا سے (جہالت سے) اکبھیمان سے (غرور سے) جیو من مانی کر ڈالتا ہے ۔ پیچھے روتا ہے ۔

مہاتما تلسی داس جی کہتے ہیں ــــ

دھیرج ، دھرم ، مِتر اور ناری !

آپت کال پرکھیئے چاری !

یعنی دھیرج ، دھرم ، مِتر اور اِستری ، اِن کی آزمائش ، جب کوئی آپتی (مصیبت) آتی ہے ، تبھی ہوتی ہے ۔ اُس وقت منش کو پتہ لگ جاتا ہے کہ کہاں تک اُس میں دھیریہ (حوصلہ) ہے ۔ اور کتنا اُس میں دھارمک بھاؤ اور ویراگیہ اور تیاگ ہے ۔ اور اُس کا مِتر اور اِستری کا ویوہار (سلوک) کیسا ہے ؟ اگر ایسے موقعہ پر اُس کا دھیریہ (حوصلہ) قائم رہا ۔ اور وہ گھبراہٹ میں نہیں ڈوبا ۔ اور اگر اتفاقاً گھبراہٹ ہو بھی گئی تو اُسے وچار سے ہٹا دیا ۔ اور موہ کے پھندے میں نہیں پھنسا ۔ بلکہ جیسی سدا دھارن

حالت میں رہنا تھا اور کام کرنا تھا۔ اُسی طرح مُسافر درشٹی رکھتے ہُوئے اپنا فرض سمجھتے ہُوئے آپتی (مُصیبت) کے وقت بھی کام کرتا ہے اور چہرے پر ملال نہیں آنے دیتا، تو سمجھنا چاہیئے کہ اُس کا دِچار درڑھ ہے۔ اور وہ صحیح معنوں میں عامل ہے۔

کشما (عفو) نیز دھرم کی پریکھشا (امتحان) بھی ایسے ہی موقعہ پر ہوتا ہے۔ اگر ایسے موقعہ پر من میں دھیریہ (حوصلہ) کشما (عفو) تتھا دھرم کو نہ چھوڑے تو بہادری ہے۔ انت میں ستیہ کی جے ہوتی ہے۔ پرنتو اُس وقت مُنش میں ابھیمان نہ ہونا چاہیئے۔

آپ کو دِشیش کیا سمجھائیں۔ آپ جانتے ہیں اور دیکھتے ہیں کہ مُنش پُرشارتھ یعنی کوشش ہی کر سکتا ہے۔ پھل اُس کے ہاتھ میں نہیں ہے۔ مِلے یا نہ مِلے۔ کیونکہ ہونا تو وہی ہے جیسا کہ جس کی قسمت میں لکھا ہے۔ اپنی طرف سے کوشش کرنا ہے۔ اور بس۔ مگر پتہ نہیں کہ اِس کوشش کا انجام موافق ہو یا ناموافق۔ یہ بات دُوسرے کے ہاتھ میں ہے۔ اِس لئے انجام کی چِنتا نہ کرنا چاہیئے جیسا کہ تُلسی داس جی کہتے ہیں۔

ہوئی وہی جو رام رچی راکھا؛
کو کری ترک بڑھاوے شاکھا

۵

آرام سے وہی ہیں، جو ہر حال میں خوش ہیں

۲- پُرشارتھ اور دھیریہ

ہر کام دھیرج سے ہوتا ہے۔ اِس لئے سنتیہ کے گرہن اور استیہ کے تیاگ کے لئے پُرشارتھ میں کمی نہیں کرنی چاہیئے۔ جو کچھ موجودہ حالت میں کر سکتے ہیں، اُس میں دیر نہ کرنا چاہیئے۔

کال کرے سو آج کر، آج کرے سو اب
پل میں پرلے ہوئیگی، پھیر کروگے کب

یہ زمانہ سخت لڑائی (جدوجہد) کا ہے survival of the fittest (جو بلوان ہے وہی بچتا ہے) کے اصُول کے مُطابق جو دھیریہ قائم رکھتے ہوئے یُدھ میں ڈٹے رہیں گے، وِکھلتا کو پراپت کریں گے۔ "ہارئیے نہ ہمت بِسارئیے نہ رام"۔ یہ بات آپ کو معلوم ہے کہ جو سبق یاد کیا ہوتا ہے، اگر وہ بھول جائے تو دوبارہ یاد کرنے سے بآسانی یاد ہو سکتا ہے۔ اِس اصُول پر منُش کو نشچے (الیقین) رکھنا چاہیئے کہ جس بات میں پہلے پُرشارتھ کر کے کچھ ترقی کر چکا ہے، اُس میں پھر سے ایشور کے بھروسہ پر کوشش کر کے ہی آگے بڑھنا ہے۔ پیچھے نہیں ہٹنا ہے۔

دھیریہ (حوصلہ) کی سب تعریف کرتے ہیں۔ جو موجودہ شریر (جسم) کا بھوگ ہے، وہ پچھلے کرموں کا پھل ہے۔ وہ بھی دھیریہ اور سُبدھیا ئی سے بھوگتے جانا چاہیئے۔ تاکہ آئندہ کے لئے یہ جھگڑا باقی نہ رہے۔

دھیریہ وان کے دھاریک جیون سے کتنوں کو لابھ پہنچتا ہے۔ کِتنے ہِمّت ہارے ہُوئے بُوڑھوں میں بھی ہِمّت عود کر آتی ہے۔

جب منُش اپنے وِچار کے انُوسار چلنے کے لیئے کٹھنائی (مُصیبت) جھیلنے کو بھی تیار رہتا ہے، تب پربھو بھی سَہایَتا دیتے ہیں۔ Man جو کِسی منُش can do what man has done. نے کر دِکھایا ہے، وہ دُوسرا بھی کر سکتا ہے۔

دھیریہ وان (باحوصلہ) ہی منزل پر پہنچتا ہے۔

ادھیریہ وان اور پُرشارتھ ہین کے لئے اسمبھو (ناممکن) ہے اِس لئے ایشور پر بھروسہ رکھتے ہُوئے کلیان کے مارگ پر چلتے رہنے کی کوشِش سے ہٹنا نہیں چاہیئے۔ مہاراج آپ ہی پار لگا دیتے ہیں۔

یدی گر بھی جائے تو بھی منُش کو اپنی شکتی دیکھ کر سنبھلنے کا جتن (سعی) کرنی چاہیئے۔

بھُولیں (غلطیاں) اور اپراد ہوتے ہی ہیں۔ پر نراش (مایُوس) نہیں ہونا چاہیئے۔ پُنیہ کے سنسکاروں کو دِرڑھ کرتے رہنا چاہیئے۔ یتن (کوشِش) کو مت تیاگو۔ یدی شُدّھ ہردیہ (صدق دِلی) سے لگے رہو تو پربھُو آپ ہی رکشا کرتے ہیں۔

اتی شے دگرہ کرے جو کوئی!
انل پرگٹ چندن تے ہوئی!
اس سدھانت پر دِرشٹی رکھتے ہُوئے چلتے رہنا چاہیئے۔

مشکلے نیست کہ آساں نہ شود!
مرد باید کہ ہراساں نہ شود!

ے

سر شمع سا کٹائیے، پر دم نہ ماریئے
منزل ہزار دور ہو، ہمت نہ ہاریئے

ے

دلِ ناداں کو ہم سمجھائے جائیں گے
چرخِ جگر بیں داغ دِکھلائے جائیں گے

جو بیج بویا جاتا ہے، اس پر چاہے کتنی مٹی یا راکھ پڑ جائے۔ پر
موقعہ پاکر وہ پھوٹ اٹھتا ہے۔ اور رکشت رہنے پر پھل دیتا ہے۔ یہی
حال اُپدیش کا ہے۔ پاپ سے چاہے وہ کچھ کال کے لیئے دب جائے
پیچھے اودشیہ اثر دکھاتا ہے۔ موہ کو جیتنا اتینت کٹھن (سخت مشکل)
ہے۔ جو پرش زخموں سے گھبراتا ہے، وہ شترؤں کے ساتھ لڑائی نہیں کر
سکتا۔ اس کا جیتنا تو دور رہا۔ ہاں! جو مرد بن کر جان ہتھیلی پر رکھ کر
چوٹ کا بھے (خوف) نہ رکھ کر، لڑتا ہے، وہی وِجے (فتح) پراپت کر
سکتا ہے۔

ویسے تو کرم ماتر میں ہی کچھ نہ کچھ کٹھنائی ہوتی ہے۔ یدی اس میں آ
ہوئی تھوڑی سی کٹھنائی کے بھے سے اوب کر کرم کرنا چھوڑ دوگے، تو ذرا
وِچارو کہ من کی ایسی عادت نہیں بن جائے گی۔ پھر مکتی جیسی دُرلبھ وستو

(نایاب شے) کہ جس کے راستے میں طرح طرح کی مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے، کیسے پراپت کر سکو گے؟ اِس لیے وہی انت میں جیتے گا۔ جو کہ دِھرتی (حوصلہ) کو دھارن کرتا (اپناتا) ہے۔ چوٹوں سے نہیں گھبراتا۔ اور وِگھنوں (رکاوٹوں) کے ہوتے ہوئے پُرشارتھ (سعی) جاری رکھتا ہے۔

۳۔ سچّا کشتریتو، دھیریہ وان یودھا

کشتری تو یہی ہے کہ ہمیشہ ساتھ رہنے والے شترُوؤں (دُشمنوں) کو مارے۔ تبھی منُش کو شانتی پراپت ہو سکتی ہے۔ باہر کے وِگھن (رکاوٹیں) آپ ہی ہٹ جاتے ہیں۔ یا تو جیتے جی یا مرنے کے بعد۔ پرنتو اندر کے وِگھن مرنے پر بھی ساتھ جاتے ہیں۔ اور پھر وہی باہر کے وِگھنوں کو بھی پیدا کر دیتے ہیں۔ اِس لیے یدی اُن کو جیت لیا، تو باہر کے اپنے آپ ہی جیتے گئے۔

کشتریہ تنو دھر سمر سکانا

کُل کلنک تے ہی پامر جانا

کشتری کا کشتریتو یہی ہے کہ جو شترُو (دُشمن) اُس کو ہمیشہ دُکھ دیتے ہیں، اُن کو جیتے۔ یدی وہ اُن کا غلام بنا رہا، تو اُس کو پامر اور کایر کہنا چاہیئے۔ اور جس نے کشتری کُل میں جنم لیا ہے۔ اُس سے تو وِشیش آشا (خاص طور پر اُمید) ہے کہ وہ بھی بل پورُوک اپنی شورویتا (بہادری) کا پریچے دے گا۔

پرن پر ڈٹ جاؤ۔ یدی کبھی سوچ سمجھ کر ہمت کر کے تم کوئی بات

کرنے کا یا کسی حالت میں رہنے کا، جس سے اُس جیو کا کلیان (بہتری و بہبودی) نشچے (یقین) ہے۔ من میں درڑھ سنکلپ (عزم راسخ) کر لیا ہے۔ اور پربھو کو ساکھشی دیکھ چلنے پر کٹی بدّھ (کمربستہ) ہو گئے ہو، تو پھر قدم پیچھے نہ ہٹنا چاہیئے۔ کٹھن سے کٹھن (سخت سے سخت) دِکھ، اُپستھت ہونے پر (درپیش آنے پر) بھی ہمت نہ ہارنا چاہیئے۔ پران جایا تو جائیں کنتو کلیان کے مارگ سے من نہ ہٹے۔

پربھو پر پورا بھروسہ رہے۔ جو گھوڑا کروڑوں برس کا بگڑا ہوا ہے اور سوتنتر ہے، متوالا ہے، بے پرواہ ہے، اُس کو قابو کرنا بڑے شور ویر (بہادر) کا کام ہے۔ وہ دھنیہ ہیں جو اُس کے ساتھ لڑنے کی ہمت رکھتے ہیں۔ یدّھ (لڑائی) میں بہادر لوگ چوٹوں کی پرواہ نہیں کرتے اور یدی لڑائی دیر تک لڑنا پڑے تو ادھیر نہیں ہوتے (گھبراتے نہیں)۔ اِس لئے کہا ہے کہ دھرتی (حوصلہ)، کشما (عفو) انیادی دھرم کے لکشن ہیں۔ اُن کا پالن کرنے والا انت میں کلیان پد کو پراپت ہوتا ہے۔ اِس لئے یدی من کے ساتھ اُس کو اچھی طرح نہ بھی دبا پایا تو کوئی بات نہیں، کچھ نہ کچھ اُس کی تیزی کم ہو ہی جاتی ہے۔ پرنتو لڑائی کے انیہ نیموں (دیگر اصولوں) کا پالن کئے بنا چرستھائی سپھلتا (دیر تک رہنے والی کامیابی) حاصل کرنا ناممکن ہے۔ اِس لئے انیہ نیموں (دیگر اصولوں) پر بھی ویسے ہی چڑھائی رکھنا چاہیئے۔ کچھ سمے بعد ابھیاس ہو جائے گا تب سوبھاؤ (عادت) بن جائے گا۔ اور کوئی کٹھنائی (مشکل) نہ پرتیت

(محسوس) ہوگی۔ جیسا کہ انیہ (دیگر) کاموں میں ہوا کرتا ہے۔

۴۔ سچی کشترانی

یہ تم کو بھلی پرکار دھیان رکھنا چاہیئے کہ سنسار میں جتنا مولیہ وان (بیش قیمت) پدارتھ ہوتا ہے، اُس کی پراپتی کے لئے اُتنا ہی پریشرم (محنت) کرنا پڑتا ہے۔ مُفت میں کوئی چیز نہیں مِلتی۔ جنہوں نے پہلے جنم میں کِسی بات کے لئے بہت پریشرم کر لیا ہے، اُن کو اِس جنم میں کم کرنا پڑتا ہے۔ جنہوں نے پہلے نہیں کیا، اُن کو اب کرنا پڑتا ہے۔ ایشوریہ نیم ایسے ہی ہیں۔

پاربتی جی کو دیکھو، اُنہوں نے مہادیو جی کے لئے کٹھن تپ کیا۔ اب تم ایشور پراپت ہونا چاہتی ہو۔ اِس لئے تمہارے سامنے بھی کٹھنائیاں (مُشکلات) آئیں گی۔ اور اس پریکشا سے تم کو گھبرانا نہیں چاہیئے۔ چاہے پران جائیں تو جائیں۔ جیسے پاربتی جی کی پرتگیا تھی

کوٹی جنم لگ رگر ہماری
برُوں شمبھو نہ تو رہُوں کنواری

تم کشتری گھرانے کی راجکماری ہو۔ میراں بائی کی طرح اپنے پرن پر کمر کسے کھڑی رہو۔ پران جائیں پر پرن نہ جائے۔ کشتری کماریاں جو پرن (عہد) کرتی تھیں۔ اُس کو پورا کر کے چھوڑتی تھیں۔ پران جائیں تو جائیں پرنتو پران تیاگ کر بھی کل کو کلنک نہیں لگاتیں۔ یہ لمہ شریر تو جب تا
[illegible] ایک دن چھوڑنا [illegible] پڑے گا [illegible] چھوڑ [illegible]

ہوتے ہوتے چھوٹے گا۔ تب اُن ہی کے پاس جائیگی۔ اور جلدی اِس نرک رُوپی شریر سے چھٹی ملے گی۔

تم کو دھیریہ (حوصلہ) نہیں چھوڑنا چاہیئے۔ یہ دونوں ہاتھوں میں لڈو ہیں۔ اگر جیتی رہی تو دیوی بن کے پجے گی اور کُل کے لئے دیپک ہوگی نہیں تو سیدھے بھگوان کے پاس جائے گی۔ اور جلدی ہی سنساری دُکھوں سے مکت ہو جائیگی۔ دھرم اور دھیریہ کی پریکھشا (امتحان) کٹھنائی کے سمے ہوتی ہے۔

۵۔ پرکرتی اور پرشارتھ

اِن اوستھاؤں (حالتوں) (تامسی۔ راجسی۔ ساتوک) کے اندر تموگن۔ رجوگن۔ ستوگن پُورن کرم انُسار اُدے ہوتے رہتے ہیں اور اُن میں اپنا اثر ڈالتے رہتے ہیں۔ جیسے کہ تامسی اوستھا (حالت) وہ کہی چاہیئے جس میں پُورن آلسیہ ہو۔ پرنتو گہری نیندرا یا نیندرا کے اتِرکت (علاوہ) اور کوئی حالت دکھائی نہیں دیتی جس میں کہ منش پُورا آلسی ہو۔ وہ آلسی ہوتے ہوئے رجسی اور ساتوکی بھی نظر آتا ہے ہاں آلسیہ پردھان ہے۔ منش اپنے پرشارتھ سے اوستھاؤں (حالتوں) کو کچھ سمے کے لئے بدلتا بھی دکھائی دیتا ہے۔ اِس سے ثابت ہوتا ہے کہ پُورب کرم انُسار (گذشتہ افعال کے مطابق) گن تو اُدے ہو کر اپنا اثر جمانے لگتے ہی ہیں۔ پرنتو منش لگاتار پرشارتھ سے اُن کا مقابلہ کرتا ہوا

اِتنا دلیر بن جاتا ہے کہ پھر اُن کو دبا دیتا ہے۔ اور وہ اُسے گرا نہیں پاتے۔

٦- پرارَبدھ اور پُرشارتھ

بھوگ بلوان ہوتا ہے۔ بڑے بڑے رِشی مہرشیوں کی بُدھی کو پھیر دیتا ہے۔ پھر بھی پُرشارتھ کے ساتھ لڑائی ہوتی ہے۔ اِس لیے ابھیان سے بچنا چاہیے۔ اور آلسیہ رہت ہو کر (غفلت ترک کر کے) آگے کو پرتیک منٹ ساودھان (محتاط) رہنا چاہیے۔

جب پلیگ پھیلتی ہے تو ستھان کیوں چھوڑتے ہیں؟ کھانے پینے کا پرہیز کیوں کیا جاتا ہے؟ جو چاہو سو کھاؤ۔ یدی پرارَبدھ (تقدیر) میں دُکھ ہوگا تو آئے گا، ورنہ نہیں آئے گا۔ پھر بھی بے پرواہی اچھی نہیں۔ پرہیز کرنا لازمی ہے۔ پُرشارتھ سے پرارَبدھ پربل ہوگی تو اپنا اثر ضرور جتلائے گی۔ ورنہ دب جائے گی۔

جو کرم کیا جاتا ہے وہ سمے پاکر اپنا بھوگ ضرور بھگواتا ہے۔ یہ ایشوریہ نیم (خدائی قانون) ہے۔ اِس کو دھیریہ (حوصلہ) کے ساتھ سہارا کرنا چاہیے۔ اور ایشور چنتن (یادِ الٰہی) کرنا چاہیے۔ وہی ہر وقت اپنے بھگتوں کی رکشا کرنے والے ہیں۔

بھوگ بلوان ہے۔ سب کو بھوگنا پڑتا ہے۔ جب بھوگ اُدے ہوتا ہے تو وہ بُدھی کو بھی پھیر دیتا ہے۔ بڑے بڑے وید (طبیب) بھی کپتھ (بدپرہیزی) کر بیٹھتے ہیں۔ اور پیچھے پچھتاتے ہیں۔ یہ پرارَبدھ

(تقدیر) کی پربلتا سب کو بھگتنا ہی پڑتی ہے۔ وہ گرہستی ہی نہیں جس کو کوئی نہ کوئی اُلجھن ہی نہ بنی رہے۔ بن اُلجھن کے شاید ہی کوئی گھر خالی ملے۔

پرنتو پُرشارتھ کا پھل بھی دیکھا جاتا ہے۔ باقاعدہ پُرشارتھ کرنے سے کچھ نہ کچھ سپھلتا (کامیابی) اوشیہ (ضرور) ملتی ہے اور کٹھن بات بھی آسان ہو جاتی ہے۔ اس لئے پُرشارتھ سے گھبرانا مردوں کا کام نہیں ہے۔ پرنتو پُرشارتھ بُدّھی اور وچار کے ساتھ ہونا چاہیئے۔ وچار بنا ست سنگ کے نہیں پراپت ہوتا۔ گرنتھوں میں نہیں مل سکتا۔

۷۔ پرم پُرشارتھ کیا ہے؟

شریر کی رکشا (حفاظت) کرنا، شُبھ کرم (نیک کام) کرنا، ست سنگ کرنا، یہ سب پُرشارتھ ہے۔ مِتھیا بُدّھی کو ہٹانا (ادنیٰ خیالات کو دُور کرنا) پُرشارتھ ہے۔ پُرشارتھ کیوں، پرنتو [illegible] ہیں، ہے اور کہیں نہیں۔ وچار کا، ابھیاس کا، [illegible] کا جو پُرشارتھ ہے، [illegible] پُرشارتھ ہے۔ انتہ کرن کی شُدّھی (باطن کی پاکیزگی) کے لئے جو پُرشارتھ ہوتا ہے، وہی پُرشارتھ ہوتا ہے۔ باقی جتنے دُنیاوی کام ہیں، پراربدھ وش ہیں۔ ملازمت کرنا، شادی کرنا، دھن کمانا، یہ کام [illegible] پراربدھ وش (تقدیر سے) ہوتا رہتا ہے۔ بُدّھی کا کام دُنیا میں زیادہ [illegible] ران [illegible] کرنا [illegible] پرم پُرشارتھ ہے۔ بُدّھی [illegible] شُدّھ ہو کر آتما

ہی وہ وِچار ہیں اِدھک لگے گی، اور وِشیوں میں کم۔ جن کی بُدھی مند
ہے، شاستر کے انوسار کرم کرنا اُن کے لئے آوشیک (ضروری) ہے
پھر دھیرے دھیرے اُن کی بُدھی بڑھ جائیگی۔ گیان اِندریوں سے
گیان کا ہی کام کرنا چاہیئے۔ کرم اِندریوں سے کرم کیا جاتا ہے۔ اندریوں
کے کرم اور گیان دو ہی کام ہیں۔ وِشے سیون کرنا اِندریوں کا کام نہیں
ہے۔ شاستروں نے کسی اِندری کو "وِشے اندری" نہیں کہا یہ سب
مَن کی چالاکی ہے۔ پُرشارتھ سے سب کچھ ٹھیک ہو سکتا ہے۔ پُرشارتھ
کی بڑی مہما ہے۔ سب سادھن اِسی کے اندر آجاتے ہیں۔ یہ پُرشارتھ
پرمارتھ کے سمبندھ میں ہی ہونا چاہیئے۔

بَل پُوروک کوشش کرنا چاہیئے کہ پرلے کنارے پر پہنچکر دو یک
پر ٹھہرے۔ ورنہ چکّی کے دو پاٹوں کے بیچ میں پڑے رہنے پر پِستے ہی
رہنا پڑے گا۔ اور چکنا چور ہوتے رہنا پڑے گا۔

یہ ہر وقت دھیان میں رکھنا چاہیئے کہ جیو کو کلیان کے لئے بہت سی باتیں کرنا پڑتی ہیں۔ جو سمٗوں تھا سُو کھشم بھید سے دو یہ کارکی ہیں۔ اور سب کی سمجھ میں نہیں آئیں۔ جُوں جُوں انوبھو (تجربہ) بڑھتا جاتا ہے، ست سنگ ہوتا رہتا ہے، توں توں سمجھ میں آتی جاتی ہیں۔ کہ زیادہ ضروری ہیں۔ چاہے اس جنم میں کرو، چاہے اگلے جنموں میں۔ اُن کے بنا جیو کا کلیان کبھی نہیں ہوتا۔ چاہے اور طرح سے ہزاروں باتیں کرتا رہے۔ اُلٹا تنگ ہی ہوتا رہے گا۔ اور دھوکے میں ہی پھنسا رہے گا۔

بنا دویش درشٹی کے پدارتھوں سے بیراگ ہونا اسمبھو (ناممکن) ہے۔

ٹھیک ٹھیک وِرکتتا (دُنیا سے بے رغبتی) کا لوگوں کو پتہ ہی نہیں یدی کسی کو کم سے کم اِتنا پتہ ہو جائے کہ اصل وِرکتتا ایسی ہے۔ اور وہ لکش (مقصد) کو پکڑ کر وہاں پر پہنچنے کے لئے اپنی شکتی کے انوسار چل پڑے اور بِنا پیچھے قدم رکھتے ہوئے آگے کو ہی چلتا رہے۔ تو اُس پر ایشور کی بڑی کرپا سمجھنا چاہیئے۔ گرنتھوں کو پڑھ لینا کوئی کٹھن بات نہیں۔ پرنتو وہ گرنتھ اپنے بنا لینا کسی شور ویر (بہادر) کا کام ہے۔ عام طور پر

لوگ جیون کا اُدیش (زندگی کا مقصد) کچھ اور ہی سمجھ بیٹھتے ہیں۔ اِس لئے
دھوکہ کھاتے رہتے ہیں۔ اصل اُدیش ایشور کے انوگرہ (رحمت) سے
ہی پراپت ہوتا ہے۔ پرایہ لوگ نام کے لئے ہی سب کچھ کرتے ہیں۔ اِس
بلا سے مُکت ہونا (چھٹکارہ پانا) بڑا کٹھن (مشکل) ہے۔ بڑے دھیریہ
(حوصلہ) کا کام ہے۔ جو ادھیریہ (کم حوصلہ) ہے اور وچار شونیہ ہے، وہ
اِس مارگ کا ادھیکاری نہیں ہے۔ جو مار کھانے سے گھبرائے نہیں، وہ شیگھر
(جلدی) سنبھلنا پراپت (کامیابی حاصل) کرے گا۔

۲۔ نام دھن کی اُپادھی

اِس جیو میں نام کی بڑی پربل اِچھا (زبردست خواہش) رہتی ہے
اُس کے لئے نانا پرکار کی چنتاؤں (طرح طرح کے افکار) میں پڑتا ہے۔
اور سب پرکار کے دکھ سہارتا (برداشت کرتا) ہے۔ اور انت میں
لابھ کچھ نہیں نکلتا۔ نام کے لئے دھن بھی سہایک ہوتا ہے۔ کیونکہ بہت
سے نام والے (شہرت یافتہ) کام دھن کے دوارا (ذریعہ) ہوتے ہیں۔
سو جس کے پاس دھن ہے، اُس دھن کو سب کھسوٹنا (ہتھیانا) چاہتے
ہیں۔ اُس سے چھیننا چاہتے ہیں۔ خوشامد سے دے، اُدھار سے دے،
دھرم ارتھ دے، ورنہ زبردستی دھمکی وغیرہ دیکر یا دھوکہ دیکر لینا چاہتے
ہیں۔ اِس لئے دھنی کو نانا پرکار کے کشٹوں (مصائب) کو انوبھو (محسوس)
کرنا پڑتا ہے۔ نام تتھا ایشوریہ کے لئے جس نے دھن کو پکڑ رکھا ہے اُسے

اُس کا سُواد ادشیہ لینا پڑیگا۔ یدی نام و مان (شہرت و عزت) سے بے پرواہ ہو جاؤ گے تو بہت سی آفتوں سے بچ جاؤ گے۔ لیکن یہ بہت مُشکل ہے۔ ہاں جو کرڈالتا ہے یعنی نام اور مان سے بے پرواہ ہو جاتا ہے۔ اُس کے لئے کلیان اپنکنٹ ہو جاتا ہے۔ بہت دھن سے دھرم بھی تو ہوتا ہے۔ پرنتو چاہے اُس کو سنساری کاموں میں لگاؤ، چاہے دھارمک کاموں میں لگاؤ جھگڑا ہر حالت میں ہے۔ اُپادھی سے خالی نہیں ہے۔ بیچ میں کھانے والے کود پڑتے ہیں۔ نہ دیا جائے تو وہ شترو بن جاتے ہیں۔

۳۔ مرتیو

(۱) مرتیو کو مت بھول

کیا تو جانتا ہے کہ تیری آیو (عمر) بہت لمبی ہے؟ جو ورِدھ او ستھا (بڑھاپا) آنے پر بھی تیرے جسم کو ہرشٹ پُشٹ (تروتازہ و توانا) رکھے گی۔ یدی اِس بات کا نشچے (یقین) نہیں ہے، تب ڈھیل ڈالتا تو کیسے سہار سکتا ہے۔ بھگوان کی بھگتی وہی کر سکتا ہے۔ جس کو کہ ہر سمے مرتیو کا کھٹکا (موت کا خوف) لگا ہُوا ہے۔ جو مرتیو سے بے خبر ہے وہ سنساری (دُنیاوی) دھندوں میں پھنسا رہتا ہے۔ اور ٹال مٹول کرتا رہتا ہے۔

(۲) مرتیو شوک سے بچو

جیو کا کلیان ویراگ سے ہوتا ہے۔ ایک دوسرے کے مرنے پر ترپ روئے جب آپ (خود) ہی مرنا ہو۔ جس کے گھر میں آگ لگی ہو وہ دوسرے کے گھر کی آگ بجھانے کے لئے کب جا سکتا ہے؟ پہلے تو اپنے ہی گھر کی آگ بجھائے گا۔ اور پھر یدی اپنے گھر کی چنتا چھوڑ کر دوسرے کے گھر کی آگ بجھانے جاتا ہے، تو وہ مورکھ ہے۔ پیچھے روئے گا جب مکان جل جائے گا اور رہنے کو جگہ نہ ملے گی۔

جیو پیدا ہوتا ہے۔ تھوڑے دن ٹھہرتا ہے۔ پھر چل دیتا ہے مسافر کی طرح جو اِس سرشٹی کے نیم پہ دھیان رکھتا ہے، وہ کسی سے وِشیش پریم نہیں کرتا۔ جو منش موکش (نجات) چاہتا ہے اور جیت کو سنسار میں پھنسائے رکھتا ہے۔ اور ساتھیوں کے وِیوگ (فرقت) کو نہیں برداشت کر سکتا، وہ مورکھ (جاہل) ہے۔ اُسے پہلے سے بیر ہو کر سنسار سے پریم کر لینا چاہیئے۔ جب کافی ٹھوکریں کھائے گا تب آپ ہی چھوڑ دیگا۔

(۳) مرتیو کے لئے تیار رہو

بابا! یہ گنتی (حشر) ایک دن اپنی بھی ہونی ہے۔ اُس کے لئے جو پہلے ہی سے تیار رہتے ہیں، وہی اُس وقت نہ جبریہ (مستقل مزاجی)

کے ساتھ کوچ کرتے ہیں۔ ورنہ انیک پرکار کی باسنائیں من کو بیاکل کر
دیتی ہیں۔ تم آپ سمجھدار ہو۔ تمہارے لئے یہ کٹھن کوئی نئی بات نہیں ہے
جو کچھ کرتا ہو، مرتیو سے پہلے ہی کر لینا چاہیئے۔

بہت سمجھائے تمہیں کیا کہ ہوں
پرم چتر ہیں جانت ایہہ ہوں

(۴) سنسار کی گتی

تمہیں سنسار کی گتی کی بابت وچار کرنے کا اچھا موقعہ ہے۔ سب کو
گورو بنلاتے رہنا چاہیئے۔ اور دیکھتے رہو کہ سنسار چکر کتنا پربل (زبردست)
ہے کہ لوگ بھاگ بھاگ کر پھر اسی میں پھنستے ہیں۔ سنسار میں پھنسے لوگوں کا
واچک بیراگ ہوتا ہے۔ جو اکیلا ہے وہی پھکڑ رہ سکتا ہے۔ جس پر کئی ویکتیو
(افراد) کا بھار (بوجھ) ہے، وہ ناچتا ہی رہے گا۔ اور بوجھ ہی ڈھوتا رہے گا۔
سنسار کی گتی کو دیکھتے رہیئے۔ کام، کرودھ، لوبھ، موہ، ابھیمان
سنسارک (دنیاوی) ترقی کے پیچھے لگے رہنے سے کیسی کیسی آفتیں آتی
ہیں۔ ان کا چنتن (خیال) کرتے رہنا چاہیئے۔

سنتوں، مہاتماؤں کے جیون کا چنتن کرتے رہنا چاہیئے۔ پربھو کیسے
اپنے بھگتوں کو، سنسار سے ان کے چت کو ہٹا دیتے ہیں۔ سنسار کا اصلی
نظارہ ان کے سامنے رکھ دیتے ہیں۔ جس سے کہ ان کو پتہ چل جاتا ہے کہ
سنسار دکھوں سے بھرا ہوا ہے۔ ان سب باتوں کا وچار کرنا چاہیئے۔ گیتا

اور شری لکھمنی صاحب کا پاٹھ کرنا چاہیئے ۔ ایشور سے پرارتھنا کرنا چاہیئے ۔
سنسار کی یہی گتی ہے ۔ سنیوگ اور دیوگ ہوتا رہتا ہے ۔ جو دُور کھ ہے وہ رہتا ہے ۔ جس کو کچھ سمجھ ہے ، وہ سنسار سے اپنے چت کو ہٹا کر پربھو کے چرنوں میں لگاتا ہے ۔

جس کا مکھ پربھو کی طرف ہوتا ہے ۔ جو بھگوان کو اپنا جیون آدھار سمجھتا ہے ۔ وہ سمبندھیوں اور ساتھیوں کے دیوگ میں (جدائی میں) دُکھی نہیں ہوتا ۔ کیونکہ وہ جانتا ہے کہ پربھو اس کی رکشا کرنے والے ہمیشہ اُس کے دل میں براجمان ہیں ۔ وہ جس سے چاہتے ہیں ، اُس کی رکشا کرواتے ہیں ۔

وچار کر کے دیکھو ، سنسار بالکل اسار ہے ۔ جتنی بھی وستوئیں دکھائی دیتی ہیں ، وہ سب نرتھک تتھا دکھ کا مُول ہیں ۔ دھوکہ کے کارن ہی منش بندھن میں پڑا رہتا ہے ۔ پرنتو وچار پر کھڑے ہونے سے تتو کو پراپت کر سکتا ہے ۔ اور سنسار بندھن سے مکت ہو سکتا ہے ۔ جو پُرش اپنے انوبھو سے کام نہیں لیتا ، وہ مارا جاتا ہے ۔

(۵) بیراگ اور تیاگ

(۱) جب تک پُورن بیراگ نہ ہو ، گرہست کے چھوڑنے میں پاپ لگے گا ۔ چاہے کوئی ہو ۔ جن تین رنوں (قرضوں) پر شاستر زور دیتے ہیں ، اس سے میں وہیں تک سہمت ہوں (متفق ہوں) جب تک کہ بیراگ نہیں ہوا ۔ جب تیبر ویراگ ہو گیا تب سب رن (قرض) اُتر گئے ۔

(۲) جو بردھ (بوڑھے اشخاص) شاستر کے انوسار کاریہ نہیں کرتے بوڑھا ہونے پر بھی سنساری واسناؤں (دنیاوی خواہشات) کے کیڑے بنے رہتے ہیں۔ جب تک وہ ستسار شاستر کے انوسار نہ چلیں گے تب تک اُن کے کُھن (کہنے) کا اثر سنتان (اولاد پر) کیسے پڑ سکتا ہے؟ ایک دن شریر تو چھوٹے گا ہی۔ پرنتو گھر سے باہر رہتے ہوئے ایشور چنتن (یادِ الٰہی) میں جلائے تو سرشیٹھ (افضل) ہے۔ گرہست آشرم کے جو دُکھ ہیں، اُن کا کارن کام، کرودھ آدی ہیں۔ جب تک منش اُن کا غلام ہے، تب تک وہ دُکھوں سے نہیں بچ سکتا۔ چھوڑنا تو موہ کو ہے، چاہے مرکر چھوڑو، چاہے جیتے جی چھوڑو اگر ایسا ہو سکے کہ من سے سب سمبندھیوں کو تیاگ کر اُن کے دُکھ سُکھ میں دُکھ سُکھ نہ مناؤ تو اُن کے ساتھ رہنے میں کوئی ہرج نہیں۔

یدی ہٹھ سے گھر سے چل بھی دو تو مرنے کے پیچھے پھر انہیں دُکھوں میں پڑو گے۔ کیونکہ جب تک سنار بیج ہے، برکش (درخت) ہو کر پھیلے گا۔ اس لئے گھر میں رہتے ہوئے پہلے دُکھ کے کارنوں کو اکھاڑنا چاہیئے۔ اُن سے لڑنے کے لئے من میں بل چاہیئے۔ جب تک پاپ نہیں ہوتا جب تک پرش پاپ سے نہیں بچتا۔ اور اپنے کرتویہ کو شاستر انوسار پالن نہیں کرتا۔ اور وشیوں کی لالسا کو (رغبت کو) وشیوں کے بیچ میں رہتے ہوئے نہیں تیاگتا۔ مٹی کے گھروں میں دیا بتی (چراغ) جلانے کی اتنی پرواہ نہ کرو، بلکہ اپنے بھیتر دیپک جلاؤ۔

۶۔ تیاگ کا ادھیکاری

گھر میں رہنا ہی اچھا ہے۔ باہر مارے مارے پھرنے تتھا بھٹکنے سے کیا لابھ (فائدہ) ہے۔ بھکشا میں بڑی دینتا ہوتی ہے تتھا کرنا پڑتی ہے۔ پھر کبھی کُسنگ میں پڑ جائے تو مارا جاتا ہے۔ آجکل بھیس دھاری سادھو بہت ہیں۔ پر سچرتر (با اخلاق) بہت کم ہیں۔ کوئی برلا (شاذ) ہی اچھا ہوتا ہے۔ اس لئے وچار وان ہی گھر تیاگ سے لابھ اُٹھا سکتا ہے۔ صرف کپڑا رنگ لینے سے بیراگ سِدّھ نہیں ہوتا۔ پرنتو موہ کی چوٹ کھا کر بھی دھیریہ (حوصلہ) رکھنا ایک ماتر (واحد) اُپائے (طریقہ) ہے۔

جب تک من سے سنسار نہ تیاگا جائے تب تک چھوڑنا نہیں چاہیئے چھوڑنا تب چاہیئے جب ایسا انوبھو ہو کہ پھر دوبارہ اُدھر آنے کو چِت نہیں ہوگا۔

اگر وچار درڑھ ہو تو چھوڑنے سے پہلے کچھ نیک کمائی کا روپیہ جمع کرلو تا کہ بھجن میں کچھ وگھن نہیں پڑے اور نشچنت (بے فکر) ہو کر بھجن کرکے او سنتھا پریپکّ کرسکو۔

پرنتو جس میں پورن بیراگ نہ ہو اور موہ باقی ہو، اُسے گھر نہ چھوڑنا چاہیئے۔ نہیں تو بڑی کٹھنائی پڑیگی۔ لابھ کی بجائے ہانی ہوگی۔

۷۔ پُتر کی چاہ

کبھی بھی پُتر کی چاہ کرنا بڑی بھاری کمزوری اور اگیان ہوتا ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ تم کیا لابھ سمجھ کر ایسی واسنا (خواہش) کو دل سے نہیں اُکھاڑتے

استریوں میں ہو، وہ وچار شونیہ ایں۔ اُن کو نرک سورگ سا سمجھا جاتا ہے (محسوس ہوتا ہے)۔ وچار دان اگر نام کے سٹے پُتر کی اِچھا کرے تو وہ مہا مورکھ (بہت بڑا جاہل) ہے۔ پر ایہ پِتا کا نام پُتر کی وجہ سے نہیں ہوتا ہے۔ بلکہ اُن کے گُنوں و کرموں سے ہوتا ہے۔ یدی تم نام چاہتے ہو تو تم بھی دلیپا ہی کرو۔ ایک پنتھ دو کاج۔ یدی نام کی اِچّھا نہیں ہے۔ لوگوں کے یہ وچن سُنکر (یہ بات سُنکر) شرم نہیں آتی یا دُکھ نہیں ہوتا کہ تمہارا کوئی لڑکا نہیں ہے۔ یدی اِستری کی بات کے لئے خواہش ہوتی ہے تو ایشور کے اُوپر چھوڑ دو۔ یدی وہ اُن کی اِچھا پوری کرنا چاہیں گے تب تیری اِچھّا بھی وشے بھوگ کی اپنے آپ ہو جائے گی۔

۸۔ مایا جال۔ واسناؤں کی پیڑا

یہ مایا کے جال ہیں۔ یہ ستھول (موٹے سے موٹے) اور سُوکھشم سے سُوکھشم (باریک سے باریک) ہیں۔ اِتنے سُوکھشم ہیں کہ مکڑی کے جالے کی سُوکھشمتا (باریکی) بھی اُن کے سامنے بہت موٹی ہے۔

اور یہ جیو اِتنا کمزور اور الپگیہ (کم سمجھ) ہے کہ اس کے لئے پرتھم (اوّل) تو اِن سُوکھشم (مہین) جالوں کو پہچاننا ہی بہت کٹھن (محال) ہے۔ پھر بھی یدی شاستروں، گُورُو مہاتماؤں کی کرپا اور ست سنگ سے اُس کو پتہ بھی لگ جائے، تب بھی اُس سے بچ کے نکل آنا کٹھن ہے کیونکہ جب تک شریر کے ساتھ سمبندھ ہے تب تک مایا کے ساتھ

دیوہار ہماری کا ہے۔ پھر سوچنے کی بات ہے کہ رات دن دریا میں رہنا، اور مگرمچھ سے بچے رہنا مشکل ہے۔ یہ تو تبھی ہو سکتا ہے جب کہ مگرمچھ کا پیدا کرنے والا اُس کو منع کر دے۔

اِس لئے سوائے اُس کے، اور کسی دُوسرے کا بھروسہ پرتیت (معلوم) نہیں ہوتا۔ اُس کی شرن میں، ٹپ کر اُن کی آ گیا کے انوسار زندگی بسر کرنے میں ہی کلیان یعنی بہتری دکھائی دیتی ہے۔ ابھی تو پریکٹس میں لا بچ ہے آگے کو وید شاستر کہتے ہیں کہ بھلا ہی ہو گا۔ مایا کے سُوکشم بیانی سے ساودھان (محتاط) رہنا چاہیئے۔ پتہ نہیں شریر کب چھُوٹ جائے اور یہ مایا جال کا سُوکشم تنتو (مہین تار) یدی ہردیہ میں رہ گیا، تو آگے یہ پھر شریر دھارن کرنا ہی پڑے گا۔ اور جو دُکھ مے (دُکھوں سے بھرا) جیون اب ہے، وہی پھر ملے گا۔ پھر چکّر کاٹنا پڑے گا۔ بڑی کٹھنتا سے (مشکل سے) تو اصلیت کا پتہ لگتا ہے۔ پھر کیول پتہ لگ جانے سے ہی کچھ نہیں ہو گا۔ اُس کو زور سے پکڑنا پڑیگا اور دیوہار کرتے ہوئے اُس پہ دڑھتا کے ساتھ کھڑا ہونا پڑے گا۔ یدی ڈگمگا گیا تو مارا گیا۔

ہوا کے جھونکوں کے مقابلہ میں سچائی کی چٹان پر مضبوط کھڑے رہنا شُور بیر کا کام ہے۔ کایر لوگ گھبرا کر گر پڑتے ہیں۔ پیچھے پشچاتاپ کرتے رہتے ہیں۔ اور گرنے سے جو گہری چوٹ لگ گئی ہے، اُس کا علاج کرتے کرتے ہی جنم بیت جاتا ہے۔ ایسا ہی جال سنساری اِچھا (دنیاوی خواہش) والے کا ہے۔ وہ اِچھیا (خواہش) کر کے پھر اُس کی پورتی (تکمیل)

کے سمبندھ میں ایسا پھنس جاتا ہے کہ جیون اُسی مصیبت میں ویتیت (بسر) ہو جاتا ہے۔ وہ یہ سمجھتا ہے کہ یہ تھوڑی سی بات ہے۔ یہ پوری ہو گئی، پھر کوئی اِچھا (خواہش) نہیں کروں گا۔ پرنتو وہ یہ نہیں سمجھتا کہ اِچھا (خواہش) چاہے ایک کیوں نہ ہو، وہ تو اگیان مولک ہے۔ اور جب تک وہ سنساری واسنا (دُنیاوی خواہش) اُس کے ہردیہ میں جمڑ جمائے ہوئے ہے، تب تک اگیان کو مضبوط ہی کر رہا ہے۔ اِس لئے جو وِچاروان وِویکی پُرش ہیں، وہ ہر سمے ایسی مُورکھتا سے ساودھان رہتے ہیں۔ شریر کا بھوگ بندھن کا کارن نہیں ہے۔ من میں جو واسنائیں (خواہشات) آتا ہیں جن کی کہ شریر رکشا کے لئے کوئی ضرورت نہیں ہے۔ وہی بندھن کا کارن ہوتی ہیں۔ جہاں جہاں کا اَن جل (دانہ پانی) شریر کو بھوگنا ہے، وہاں وہاں وہ ضرور جائے گا۔ اور اُس سمبندھ میں جو بھوگ ہوگا وہ اوشیہ (لازمی طور پر) بھوگے گا۔ پرنتو وِچاروان اُس سے اپنی کچھ بھلائی نہ دیکھتا ہوا شریر کا بھوگ سمجھ کر ہونے دیتا ہے۔ اور جو سُکھ دُکھ ہو اُس سے بھی بے پرواہ رہتا ہے۔

تم کو ڈرنا نہیں چاہیئے۔ پچھلے کرموں کے مطابق وِگھن (رُکاوٹیں) تو ہوتے ہی رہتے ہیں۔ پرواہ نہیں کرنا چاہیئے۔ سمبندھیوں کا سنجوگ اور وِیوگ (ملنا اور جدائی) پراربدھ (تقدیر) کے مطابق ہوتا ہے۔ چت کو کہیں پھنسنے نہ دینا بہادری ہے۔

۹۔ بیراگ کے بنا شانتی نہیں پراپت ہو سکتی

پرم شانتی پرم بیراگ سے ہوگی۔ دُوسرا اُپائے نہیں پرنیت ہوتا۔ جب شریر ٹھیک ہو۔ اندریاں (حواس) بلوان (طاقتور) ہوں۔ سب سادھن سمپن (موجود) ہوں۔ اور لوگوں کی پریرنا بھی ہو۔ اُس وقت یدی سنساری سیر سے اُپرتی ہو، تو وہ سچی اپرتی ہے۔ پرنتو جب شریر میں بل نہ رہا روگ گرست (بیماری میں مبتلا) ہوگیا۔ نکما ہوکر بیٹھ گیا۔ اُس وقت کی اُپرتی روگوں کی اُپرتی کے سمان دھوکہ کی اُپرتی ہے۔

چکر لگانا سدھ کرتا ہے (ثابت کرتا ہے) کہ من کی رُچی (رغبت) سنسار سے ہٹی نہیں ہے۔ جس وقت سچا بیراگ ہوگا، تب ویدانت کی ایک پنکتی (سطر) کا سمرن ماتر (یاد کرلینا) کافی ہوگا۔ ایک یا دو پرشٹ (صفحات) کا پاٹھ تو بہت زیادہ معلوم ہوتا ہے۔

بھاگیہ جو کرے، شریر جیسا ہے۔ میں کہیں رہوں "دُردیو جو کرے وہ بھی کرتا ہے۔ وہ اُس کا کاریہ ہے۔ اِس کی چنتا نہیں" یہ بچن بڑی شُورِبیر تا کے) بہادری کے اور اُس پُرش کے ہیں جس نے شریر کو پرارَبدھ (تقدیر) پر چھوڑ دیا ہے۔ اور سویم اُس سے اُپرام ہے اتھات وہ کیول درشٹا ماتر اپنے آپ کو سمجھے ہُوئے ہے۔ یدی یہ استھتی (حالت) اُس وقت رہے، جب شریر سوستھ (تندرست) تھا، تو ٹھیک ہے۔ پرنتو یدی یہ حالت تنگ ہونے پر ہے تو دھوکہ ہے۔ اِس سے وشیش لابھ نہیں ہوتا۔ جب تک سمتا نہیں آتی، تب تک شانتی نہیں آتی۔

بھِن بھِن منوں (مختلف انسانوں) کی بھِن بھِن رُچیاں (رغبتیں)

ہوتی ہیں۔ جب تک کسی سنساری دیاپار میں رُچی (دُنیاوی کام میں رُغبت) ہے، تب تک گڑبڑی سمجھنا چاہیئے۔

ترِشنا تو جیسے تیسے رہتا ہی ہے۔ اور کہیں نہ کہیں رہتا ہی ہے۔ اِس میں آپکی کیا رہی؟ جو آپ نے کہا ہے جیسے رہے اور کہیں رہے۔ پچھلے جیون پر روشنی ڈالیئے (نگاہ ڈالیئے) تو پتہ لگے گا کہ ترِشنا کو اپنی اِچھا انوسار (خواہش کے مطابق)۔ رکھنے کی کوشش کرتے ہوئے بھی وہ ویسا اور اُس استھان پر نہیں رہا۔ زور، زوری (زبردستی) گڑبڑ بھی ہوتی رہی۔ اور کہیں کا کہیں بھی رہتا رہا۔ ہاں! کبھی کبھی آپ کی اِچھا انوسار (خواہش کے مطابق) بھی کچھ انش میں (جزوی طور پر) رہا اُس کو آپ نے اپنا پورا ادھیکار (حق) مان کر دھوکا کھایا۔ خیر! انت میں دھوکہ مِٹ جائے تو بہتر ہے۔

یدی منی رام اپنی بے حیائی چھوڑ دے، اور کلپت سرشٹی (فرضی عالم) میں رمن نہ کرے تو کام ہو گیا۔

۱۰۔ بیراگ بڑھاتے جاؤ

اگر کسی وستو (شئے) کو چِت چاہتا ہے۔ اور ہم اُس کی پراپتی (حصول) ٹھیک نہیں سمجھتے تو ہم کو ہٹھ سے اُس کا سنگ، تیاگ کرنا اُچِت ہے پھر کچھ ہی عرصہ بعد چِت آپ ہی اُس کا چِنتن (خیال) چھوڑ دیتا ہے۔ بِنا ہٹھ کے کوئی کام نہیں ہو سکتا۔ سنسار میں کیسے کیسے دُکھ

تمہارے سامنے ہو رہے ہیں۔ اِن پر درشٹی رکھتے ہوئے بیراگ کو خوب بڑھاتے جاؤ۔ دُوسروں کے سرٹیفکیٹ (certificate) (سند خوشنودی) کی پرواہ نہ کرنا اپنے آپ کو سنتشٹ کرنے (تسلّی دینے) کی کوشش کرتے رہنا چاہیئے۔ نہیں تو گِر جانے کا ڈر ہے۔ چُپ چاپ اپنا کام کرتے جاؤ۔ بیراگ کو پکّا (پُختہ) کرتے رہو۔ اگر بیراگ تیز اور پکّا (پُختہ) ہو گیا تو بعد ازاں کوئی سنساری (دُنیاوی) بات نہیں روک سکتی۔ ابھی جو تم کو ڈر لگ رہا ہے، وہ بیراگ کے مضبُوط نہ ہونے کے سبب ہے۔ بیراگ کے مضبُوط ہونے سے برسوں کا کام منٹوں میں ہوگا۔ اور اگر بیراگ نہ بڑھا، تو لمبے سفر میں مجبُور ہو کر چلنا پڑیگا جیسی تمہارے اندر ہمّت ہوگی ویسا بیراگ ہوگا ویسا ہی کرنا ٹھیک ہوگا۔

۱۱۔ وِشے بھوگ اننت ہیں

یکدم مُنہ موڑ کر تبھی چھُٹکارہ ہوگا۔ یہ ستیہ ہے کہ دُنیا کے کام کبھی ختم نہیں ہونے والے ہیں۔ اِس لیئے ان کی پرواہ نہ کرنا سریشٹ (افضل) ہے۔ اِس طرح یہ بھی مدِنظر رکھنا ضروری ہے کہ دُنیا کے وِشے بھوگ بھی کبھی ختم نہیں ہوں گے۔ بلکہ اُن کی باسنا دِن بدن بڑھتی جائے گی۔ اور یدی (یعنی) باسناؤں کے ہوتے ہُوئے شریر چھوٹ گیا۔ تو اگلے جنم میں یہ پھر اسی طرح چکر میں ڈالیں گی۔ اور جن سنساری دُکھوں کا سامنا ابھی پڑ رہا ہے، وہی پھر آئیں گے۔ اور پھر ناچ نچائیں گے۔ اِس لیئے

مُمکشوُ (سالک)، کو چاہیئے کہ ان کی طرف سے یکدم مُنہ موڑ کر موکھش مارگ پر چلے۔ نہیں تو اِس رسّہ کشی (Tug of war) میں جیون لشٹ (زندگی برباد) ہو جاتا ہے۔ وِشیوں میں دوش درشٹی وِچار اور یُکتی سے پَیدا کرنا چاہیئے۔ بِنا دوش دِرشٹی کے پدارتھوں سے بیراگ ہونا اسمبھو (ناممکن) ہے۔ ادھک وانالاپ سے اور سامنے تجربہ کر لینے سے پتہ لگ سکتا ہے۔

۱۲۔ ماتا، اِستری اور بچّوں کے رِن

ایک گرہستی کی اُدارتا (فراخدلی) بہت جگہوں پر کرتگیتا (شکر گزاری)، احسان مندی کا رُوپ دھارن کرتی ہے جیسے ماتا نے تمہارے بالن پوشن کا بہت دُکھ اُٹھایا ہے۔ تمہیں پڑھایا۔ تمہاری شادی کی۔ وغیرہ لڑکپن میں تمہارے سب ناز و نخرے سہے۔ اپنے کو کشٹ دیا۔ پرنتو پُتر کو کشٹ نہیں ہونے دِیا۔ اب تم جو اُس کی باتیں سہار کر (برداشت کر کے) بھی اُس کی سیوا کرتے ہو، یہ تھوڑا سا رِن (قرض) اُتار رہے ہو۔ پُورے طور پر اس کا رِن (قرض) چُکانا کٹھن (مُشکل) ہے۔

جب تم نے وِواہ کیا تو اِستری نے تمہاری کام چیشٹا (خواہشِ نفسانی) کو پُورا کیا۔ جس سے تم کو شانتی ہُوئی (تمہاری جنسی بھُوک مٹ گئی) اور وہ تمہارے گھر باہر کا سب طرح کا انتظام کرتی ہے۔ اِس لئے اُس کی رکشا (حفاظت) کرنا تمہارا دھرم ہے۔

جب تک بچّے نہیں ہوتے، تو لوگ کہتے ہیں کہ اِن کا وِواہ ہوئے اِتنے دِن ہو گئے ہیں۔ ابھی تک کوئی بچّہ نہیں ہُوا۔ اِن میں کوئی دوش (نقص) تو نہیں ہے۔ جب بچّے ہو جاتے ہیں، تب مردانگی کا پرمان پتر (سند) تو مِلجاتا ہے پرنتو اُس کے بدلے میں بچّوں کے پالن پوشن (پرورش) کا بھار بھی اپنے اُوپر آجاتا ہے۔ جس کا اُٹھانا اپنا کرتویہ (فرض) ہوتا ہے۔

اِن سَب کے لئے رُوپے کی ضرورت ہے۔ اِس لئے افسر (officer) کی حکومت سہارنے کا بوجھ بھی جھیلنا ہی پڑتا ہے۔

یہ سب باتیں جتاتی ہیں کہ پُورب جنم میں تمہارے اندر وِشے سُکھ کی لالسا تھی۔ اِس لئے شریر کو چاہتے تھے کیونکہ شریر کے دُوارا (ذریعہ) ہی اِچھیت سنسارک سُکھ (مطلوبہ دُنیاوی راحت) بھوگا جاسکتا ہے اِس لئے ماتا کے گربھ میں آنا پڑا۔

ماتا یہ بتلاتی ہے کہ یدی تم کو پھر بھی شریر کی اِچھا رہی تو میرے گربھ میں آنا پڑے گا اور میں پالن پوشن (پرورش) کر کے اپنا رِنی کرُونگی۔ (مقروض بنادُوں گی) جو میرے جنم بھر تک تم کو چکاتے رہنا پڑے گا۔

اِستری یہ بتلاتی ہے کہ یدی تمہارے اندر کام چیشٹا (خواہشِ نفسانی) رہی تو پھر سے تم کو شریر دھارن کر کے میرے ساتھ وِواہ کرنا پڑے گا اور اپنی اِچھا (خواہش) کو پُورا کرنے کے لئے میری زِندگی بھر میرے پالن پوشن کا بھار اپنے اُوپر لینا پڑے گا۔

بچّے کہتے ہیں کہ یدی تم ہم لوگوں کی پرواہ کرتے ہو اور نام کی اِچھیا

(خواہش رکھتے ہو۔ اور لوگوں کے پرمان پتر (سند certificate) کی پرواہ کرتے ہو تو پھر سے جنم لیکر تم کو ہمیں پیدا کرنا پڑے گا۔ اور ہماری رکشا کا بوجھ اپنے اوپر لینا پڑے گا۔ جب ماتا، استری اور بچے تم کو ایسا اُپدیش دے رہے ہیں تب وہ تمہارے گورو ہیں۔ اور گورو کو سہارنا اور سیوا کرنا اُتم شِشیہ (اچھے شاگرد) کا دھرم ہے۔ بس یہ تمہاری کرتگیتا (احسانمندی) ہے کہ جو تم اُن کی سیوا (خدمت گرتے رہو)۔

اس میں سندیہہ (شک) نہیں کہ لڑائی سے بھاگنا کایرپن (بزدلی) ہے اور کایر (بزدل) آدمی جب چوٹوں کو سہن نہیں کر سکتا تبھی میدان چھوڑ کر بھاگتا ہے۔ پرنتو جس میں اتنی شکتی ہو کہ چوٹوں پر چوٹیں کھائے اور میدان میں بیٹھا ہُوا سہارتا رہے (برداشت کرتا رہے)، وہ شُورویر ہے یا کایر (بہادر ہے یا بزدل)؟ کایر تو وہ ہے جو چوٹوں سے گھبرا کر میدان چھوڑ کر بھاگ آئے۔ ایسے کایروں (بزدلوں) کی رکشا یدی شُورویر نہ کریں تو بس صفائی ہو جائے۔

۱۳۔ بیراگ اور موہ

بیراگ ستیہ کے گرہن اور استیہ کے تیاگ کرنے (ترک کرنے) سے پراپت (حاصل) ہوتا ہے۔ ستیہ پر ڈٹے رہنا چاہیئے۔ اور پرتیک (ہر ایک) کام میں یہ وچارنا چاہیئے کہ سب لوگ سوارتھ (خود غرضی) میں رت ہو کر کرم کرتے ہیں۔ ہمارے سمبندھی (رشتہ دار) بھی پرایہ اپنے سوارتھ وش

(اپنی غرض کو مدِ نظر رکھ کر) ہمارے پرمارتھ میں روڑا اٹکاتے ہیں۔ تو ہمارے ہتیشی (خیر خواہ) کیونکر مانے جائیں؟ سب کام سمتا اور نیکش بھاؤ سے ہو کر کرنے چاہئیں۔ اپنے پرائے کا بھید (فرق) موہ اتھوا اگیان کی جڑ ہے۔ منش اکیلا آیا ہے اور اکیلا ہی چلا جائے گا۔ موہ کو چھوڑ، موت سے نربھے (بے خوف) ہو کر وچرنا چاہیئے۔

۱۴۔ موہ

جن کو ہم اپنا کہتے ہیں، دیکھنا چاہیئے کہ واستو میں (دراصل) وہ کتنے انش میں اپنے ہیں؟ وچار سے تو یہی پتہ لگتا ہے کہ وہ کبھی کبھی ہماری اچھاؤں کی پورتی (تکمیل خواہشات) میں سہایک (معاون و مددگار) ہو جاتے ہیں۔ اسی سے من کلپنا (فرض) کر لیتا ہے کہ وہ اپنے ہیں۔ بری منش نیکش بھاؤ (غیر جانبدار) ہو کر دیکھے تو پتہ چلتا ہے کہ موہ کی گنجائش ہی نہیں ہے۔ پتروں نتھا انیہ سمبندھیوں... (دیگر رشتہ داروں) سے بہت پریم نہیں کرنا چاہیئے۔ مسافر درشٹی رکھنا چاہیئے۔ اپنے آپ ہی آتے ہیں، اپنے آپ ہی جاتے ہیں۔ تو ہمارا کیا ہوا؟ ایسا وچار رکھنے سے کوئی دکھ نہیں ہوتا۔ پتہ نہیں کب کون چل دے۔

۱۵۔ موہ کی لڑی

موہ کی لڑی بڑی کڑی ہے۔ پرنتو مسافر درشٹی سے دیکھنے پر

سب سمبندھ (رشتے ناطے) کلپت (فرضی) معلوم ہوتے ہیں۔ جیسے ٹرین کے ڈبہ میں بہت سے آدمی رہتے ہیں۔ اپنا اپنا ٹکٹ (سماپت) ہونے پر اُترتے جاتے ہیں۔ جب تک رہتے ہیں، ایکدوسرے کی سہاتا (مدد) کرتے ہیں۔ مترتا (دوستی) ہوجاتی ہے۔ پر ایک دوسرے کے اُتر جانے سے کوئی موہ نہیں کرتا۔ ایسے ہی وچاروں کو دھارن کر کے (اپناکر) گرہست میں وچرنا چاہیئے۔ جتنے لمبے سفر کا جو ٹکٹ لایا ہے، اُتنے دن ہی وہ رہے گا۔ سنجوگ ویوگ ہوتا ہے۔ اسی کا نام سرشٹی (دُنیا) ہے۔ ایسا وچار کرتے رہنا چاہیئے۔ اپنے سمے سے آتے ہیں، اپنے سمے سے جاتے ہیں جب دُوسروں کو جانا ہوگا چلے جائیں گے۔ جب ہم نے جانا ہوگا، ہم چلدینگے۔ موہ کرنا برتھا (فضول) ہے۔ اپنا کرتویہ کرتے جانا (اپنا فرض پُورا کرتے رہنا چاہیئے)۔ اتنا ہی سمبندھ (تعلق) ہے۔ اور کوئی سمبندھ (تعلق) نہیں ہے۔

۱۶۔ موہ کی چوٹ

جب ایک یاتری دُور تیرتھ یاترا پر گیا ہو تو تھوڑے دن ہی لجد لوگوں کو گھر لوٹتے دیکھ کر اُس کا من بھی اُوب جاتا ہے۔ تب گھر جانے کا دیگ سوبھاوک (قدرتی) ہے۔ اِدھر استری، ماتا، پتا آدی سمبندھی بھی یاد کرتے ہیں۔ اُنکی بھاوناؤں اور سنسکاروں کا بھی اثر پڑتا ہی ہے۔ اس سے موہ بڑھ جاتا ہے۔ اس ویگ کو سہارنا کٹھن ہے۔ وہ شُوربیر (بہادر)

ہے جو اِس پرکار کسے دیگوں کو سہارنا ہے ۔ موہ کی چوٹ یہی ہے ۔ ساودھان (محتاط ۔ خبردار) ہوکر وِچرنا چاہیئے ۔

۱۷۔ موہ کی جڑ

دیکھو! مُنش کو اپنے پرانوں کی رکشا (جان کی حفاظت) کے لئے کتنا موہ ہوتا ہے ۔ ایکبار میں اکیلا تھا تو ایک بہت ہی اندھیری رات کو جب میں اپنے کاشانہ سے باہر نکلا تو من بہت اُداس تھا ۔ میں نے دیکھا، بہت دُور حلوائی کی دوکان پر سے دیپک (چراغ) کی روشنی آرہی ہے ۔ اُس سے من کو سَاہَس (دل کو حوصلہ) ہُوا ۔ سوچ کر دیکھو! وِپتّی (مُصیبت) پڑنے پر اِتنی دُور سے کسی کی سہایتا (مدد) کی آشا (اُمید) نہیں ۔ پھر بھی من کچھ نہ کچھ سہارا بنا ہی لیتا ہے کہ وہاں آدمی تو ہیں ۔ ایشور کو چھوڑ کر مُنش کا سہارا ہی بندھن کا کارن ہے ۔ یہ موہ کی جڑ ہے ۔

۱۸۔ موہ کا مُول

پَرسپر پریم کا آدھار آشا ہے

آشا اور نراشا (اُمید اور مایوسی) پرسپر (باہمی — Mutual) ہوتی ہے جبکہ الف کو ب سے کچھ سُکھ (راحت) کی آشا ہوتی ہے تب

الف، ب کے ساتھ پریم کرتا ہے۔ اور اُس کے سنگ (ساتھ) رہ کر پریم کا برتاؤ کرتا ہے۔ تب ب بھی الف کے ساتھ ایسا ہی کرتا ہے۔ پرنتو جب ب، الف کے ساتھ کسی پرکار کا سُکھ (راحت) پانے سے نراش (نا اُمید) ہو جاتا ہے، تب الف کے ساتھ اُس کا پریم نہیں رہتا۔ اور نہ ہی اُس کے ساتھ رہ کر پریم کا برتاؤ کر سکتا ہے۔ بلکہ اُس کے ساتھ رہنے میں اُلٹی ہانی ہی ہانی (نقصان ہی نقصان) دیکھتا ہے۔ تب اُس سے الگ رہنے میں کلیان (بہتری) دیکھتا ہے۔ تب الف بھی ب سے آپ ہی آپ ناراض ہو جاتا ہے اور اُس سُکھ (راحت) کی آشا سے جس سے کہ وہ ب کے ساتھ پریم کرتا تھا، اُس سے نراش (مایوس) ہو کر ب کا سنگ تیاگنے کو تیار ہو جاتا ہے۔ اگر ب میں کنچت ماتر (رتی بھر بھی) سُکھ کی آشا (اُمید) الف کو ہو تو وہ سوئم (خود) کو پورے طور پر نراش (مایوس) ہوئے بغیر اُس کو ناراض نہیں کرنا چاہتا۔ یعنی تھوڑی سی راحت کی جو اُمید اُسے ہے، اُس کی بنا پر ہی وہ اُس کے ساتھ بنا کر رکھنا چاہتا ہے۔

۱۹- موہ شمن ودھی

موہ وغیرہ کے ویگ اُدے ہوں گے، دب جائیں گے، پھر اُدے ہوں گے پھر دب جائیں گے۔ آپ کا کام ہے وچار پر کھڑے رہنے کا۔ جب موہ کا حملہ ادھک ہو تب (۱) من سے اُس کے دُکھ رُوپی پرنیام (ناخوشگوار انجام) پر خوب غور کریں۔ (۲) بیراگ کے شبدوں کا پاٹھ اور وچار کریں (۳) بڑے

بڑے لوگ جنہوں نے سنسار کو تُچھ سمجھا اور جو اُس کی طرف سے بے پرواہ ہو گئے ہیں، اُن پر درشٹی دیں (اُن کا دھیان کریں) (۴) ایسا لگاتار ابھیاس جاری رکھنے سے اُن وگھنوں کا زور آپ ہی شِتھل ہو جائے گا (ٹھنڈا پڑ جائے گا) (۵) پرنتو یہ کام جلدی کا نہیں۔ بڑے دھیریہ (حوصلہ) کا ہے (۶) اِس لئے بار بار پرماتما سے سہائتا کے لئے پرارتھنا کرنا چاہیئے۔ نِتیہ پرتی (روزانہ) اُس کی شرن میں جانا چاہیئے۔ مدد اوشیہ (ضرور) مِلے گی ——
Knock the door and it shall be opened-
into thee. دروازہ کھٹکھٹاتے جاؤ، کبھی نہ کبھی ضرور کھُل جائے گا۔

سب وِگھنوں (رُوکاوٹوں) کو دُور کرنے کے لئے ایشور سے پرارتھنا کرنا، اُس کی ڈیوڑھی پر بیٹھنا چاہیئے۔ کیونکہ کہتے ہیں کہ

دُوار دھنی کے پڑی رہے، دھکا دھنی کا کھائے
کبہوُں دھنی نواج ہوں، جا دَر چھانڈ نہ جائے

۲۰- دیہہ ابھیمان کو مٹاؤ

پہلے شریر (جسم) سے وِرکت ہونا ہے۔ جو شریر ماتا پتا سے ملا ہے جس کے لئے براہمن پن کا ابھیمان (غرور) ہے، وہ کیا ہے؟ جتنے چھدر (سوراخ) ہیں سب سے گندگی نکلتی ہے۔ بھیتر چربی، مانس (گوشت)، لہو (خون) اور ہڈیاں ہیں۔ جب تک دِل میں گند (کثافت) رہے، تب تک وِرکت ہونا بہت دُور ہے۔ جیو تو کرم انوسار سب یونیوں میں بھرمن کرتا ہے۔ جب

گھومتا گھومتا براہمن شریر کے ویریہ میں پہونچکر، براہمنی کے گربھاشیہ (رحم) میں جاکر، اُس کے گندے خون سے ملکر ستھول شریر دھاری ہُوا، تب اُس ستھول شریر کی وجہ سے براہمن کہلاتا ہے۔ کبھی اُس کا استھول شریر ہاتھی کا ہوتا ہے۔ وہ (آتما) تو ایک رس ہے۔ سب یونیوں (جونیوں) میں گھومتا ہے۔ اُس یونی کے سنواد سے اُس کا وہ نام ہو پاتا ہے۔ جیسے ایک آدمی جب رسوئی کا کام کرتا ہے، وہ رسوئیا کہلاتا ہے۔ جب سونے کا کام کرتا ہے، تب سُنار کہلاتا ہے۔ اتیادی۔ یہی حال جیو آتما کا ہے۔ دیسے شریر سب گندے ہیں۔ تمہارا شریر براہمن کا ہے۔ پرنتو ویسے گند کا بھرا ہوا ہے۔ جیسے اوروں کا۔ اِس لئے پہلے اِس مُورکھتا کو چھوڑنا چاہیئے کہ گندے شریر کا ابھیمان نہ کرے۔ پیچھے برادری کا جھگڑا ختم کریں۔ تھا گھر چھوڑکر پھر آگے جاکر نئی برادری میں نہ پھنسیں۔ بہن، بھائی، ماتا، پتا نہ بنائیں ورنہ پھنسے کا پھنسا ہی رہا۔ گورُو بہن، گورُو بھائی اتیادی نئی برادری سے بچو۔

"ویراگیہ شتک" میں جو اِستریوں کے شریر نیتھا اُن کے سوبھاؤ کی نِندا لکھی ہے، وہ سنساری اِستریوں کے وِشے میں ہے جو اپنے آپ کو سجا کر، تیل پھلیل لگا کر، پُرشوں کو موہِت کرتی ہیں دیویوں کے وِشے میں نہیں ہے۔ نِندا کا تاتپریہ یہ ہے کہ پُرش اِستریوں میں نہ پھنس کر برہمچریہ دھارن کریں۔ اور اپنا جیون سپھل کریں۔ یہی اُپدیش اِستریوں کے لئے ہے کہ پُرشوں کا شریر گھرنِت ہے۔ اُس میں نہ پھنس کر برہمچارنی رہیں۔ اور جیون سپھل کریں۔ اُپدیش کا اثر اُنہی اِستری پُرشوں پہ ہوتا ہے، جن کا ہردے پوِتر ہے۔

چوتھا باب
برہمچریہ سادھن

۱۔ وِواہ بیادھا ہے

"یدی کوئی پُرش گرہست کے بندھنوں میں پڑکر نکلنے کا سامرتھیہ (ہمت) نہیں رکھتا تو وہ الگ رہ کر بھی بچ نہیں سکتا۔ اور یدی وہ الگ رہ کر بچنے کا سامرتھیہ (ہمّت) رکھتا ہے، تب اُس میں پڑ کر بھی وہ نکل سکتا ہے ـــ" یہ بات پرتیک حالت میں ٹھیک معلوم نہیں ہوتی۔ جیسا کہ نیچے کے درشٹانت (مثال) سے آپکو بہت کچھ معلوم ہو جائے گا۔

ایک بڑا نَد (دریا) ہے۔ جس میں بڑے بڑے مگرمچھ رہتے ہیں۔ جو کہ آدمی کو ثابت ہی نگل سکتے ہیں۔ اب اُس کو پار کرنے کے دو ہی طریقے ہیں۔ ایک تو تیر کر نکل جانا۔ دُوسرا ناؤ میں بیٹھکر ہتھیار بند (مسلّح) ملاحوں

کے سنگ پار ہونا۔ اب ایک پُرش تو تیرنا بہت اچّھا جانتا ہے اور باحوصلہ بھی ہے اور ندی (دریا) کا پانی ٹھنڈا اور مسرت بخش (Pleasantly cool) ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ تیر کر پار ہو جاوے۔ تاکہ پانی کا شیت سپرش (ٹھنڈک) پہنچنے سے اور تیرنے کا لطف حاصل کرتے ہوئے پار جائے۔ اِس خیال سے وہ کمر کس کر دریا میں کود پڑا۔ اور موج (مزے) سے تیرتا ہوا جا رہا تھا کہ مگرمچھ اُس کی طرف دوڑنے لگے۔ یہ زور سے آواز دیتا ہوا، اور پانی میں چھڑی پٹیتا ہوا اُن کو ہٹاتا رہا۔ پرنتو اُس گھاٹ میں جانور زیادہ تھے۔ اُن کے منہ کو لہو لگ چکا تھا۔ یعنی جو کئی آدمیوں کا شکار کر چکے تھے۔ اُن کے کارن اس کو چین نہ ملا۔ آخر کار پریشرم (محنت) زیادہ ہونے کے کارن وہ تھک گیا۔ اور ہاتھ پاؤں مارنے سے بھی رہ گیا تب جانور اُس کو نگل گئے۔ اب یدی ناؤ میں جاتا تو ہتھیار بند (مسلح) ملاح بندوق کے ذریعہ جانوروں کو دُور رکھتے اور وہ پُرش پار ہو جاتا۔

ایسے ہی آسانی اُس پُرش کو ہوتی ہے، جو بندھنوں سے الگ رہ کر ست سنگ کے سہارے سُرکھشت (محفوظ) رہ کر پار ہونا چاہتا ہے۔

اور کہتے بھی تو ہیں کہ وشیوں کو بھوگنے سے اُن کی اِچّھا (خواہش) ادھک ہوتی ہے۔ جیسے کہ اگنی میں گھی ڈالنے سے اگنی تیز ہی ہوتی ہے۔ ہاں جہاں وشیوں کو وچار پوروک، ست سنگ کے سہارے رہتے ہوئے بھوگا جاتا ہے، وہاں تو سپھلتا (کامیابی) ہوتی ہے۔ ادھکانت باسنا چھوٹتی ہے پرنتو یہ بات بھی بہت کٹھن ہے (مشکل ہے)۔

اِس کے اتیرکت (علاوہ) اِستری اکیلی بھی نہیں آتی۔ جب بال بچّے ہو جاتے ہیں تب پُورا جھگڑا اکھڑا ہو جاتا ہے۔ اور اُن میں رہ کر یدی دُکھ ہونے پر اُن کو نِرآدھار (بغیر کسی سہارے کے) چھوڑ دیا جائے تو ٹھیک معلُوم نہیں ہوتا۔ جیسے کہ دھرم شاستر کہتا ہے کہ لڑکے کے لڑکا (پوتا) ہونے پر وِرکت پُرش گھر چھوڑ سکتا ہے۔ اتھات لڑکا کما کھانے لائق ہونے پر تیاگ (ترک) کر سکتا ہے۔

اب آجکل اوّل تو عُمر ہی تھوڑی ہے۔ دُوسرے معلُوم نہیں کہ شادی ہونے پر کتنے سال پیچھے پُتر ہو۔ یدی پُتریاں ہوتی رہیں، تب بھی گھاٹا ہی رہا۔ اور ہو بھی گیا تو کم سے کم ۲۵ ورش اُس کے بعد ٹھہرنا ہوگا۔ اب اِس بیچ میں یدی چل بسے تو جے ہری۔ اور یدی بچ گئے تو کچھ تو بڑھاپے کی وجہ سے اور کچھ گرہست کے افکار و حوادث سے شریر اِتنا شتھل (کمزور) ہو جاتا ہے کہ موکھش کے لئے اُچیت پُرشارتھ ہونا کٹھن ہو جاتا ہے۔

اِس میں سندیہہ نہیں کہ بھنور میں پڑکر اُس میں سے صاف بچ کر نکل آنا بہادری کا کام ہے۔ لیکن اتہ حد خطرناک (Dangerous) ہے۔

دُوسرے کام شکتی (جذباتِ شہوانی) کا زور کچھ سمے سے شرُوع ہو کر کچھ سمے تک ہی رہتا ہے۔ پھر اوستھا پاکر آپ ہی شتھل (ڈھیلا) ہو جاتا ہے۔ اِس لئے تھوڑی دیر کے سُکھ کے لئے مہا دُکھ دائی جال میں سوچ سمجھ کر پڑنا چاہیئے۔ نامعلُوم جال میں پڑکر پھر نکلنا ہو یا کہ نہ ہو۔

جب تک جال سے الگ ہیں تب تک اچھیاری ہی ہیں (حسبِ منشا)

وِچر سکتے ہیں۔ پھر یہ بات نہ رہے گی۔ اور پُورب جنموں (گذشتہ جنموں) کے سنسکار تو کرموں کے انوسار موقع پاکر اُدے ہوں گے ہی۔ پرنتو دھیر (باحوصلہ) پُرش کا کام ہے کہ وِچار کے سہارے اُن کا مقابلہ کرتا رہے۔ اور اُن کا غلام کبھی نہ بنے۔ یدی اتفاق سے کبھی دَب جائے تو دھیریہ دھارکر پھر اُٹھے اور پھر لڑے ایسا کرتے رہنے سے شکتی اِتنی بڑھ جاتی ہے کہ پُرش اُن کو دَبا لیتا ہے۔ اور سوراجیہ پراپت کر لیتا ہے۔ یہی جیون کی لڑائی (Battle of life) ہے۔ اِس لئے کہا ہے کہ Yield not to temptations for yielding in sin. Each victory will help you come other to win)

پرلوبھن (لالچ) میں نہ پھنسو۔ پھنساوٹ (پھنسنا) پاپ (گناہ) ہے۔ وِجے (فتح) پالینے سے دُوسرے پرلوبھنوں (لالچوں) کو جیتنے میں سہایتا (امداد) ملتی ہے۔

سنسارک سُکھ دُکھ کرم کا ہی پھل کہا جاتا ہے۔ اِس لئے کرم بہت سوچ سمجھ کر کرنا چاہیئے۔ اِستری کا گرہن کرنا (شادی کرنا) ایک بہت بڑا کرم ہے۔ پھر اِس کرم کے کرنے پر کرتا کے اُوپر وید جو ذمہ داری بتاتا ہے، وہ اوشیہ (ضرور) پُوری کرنی چاہیئے۔ یدی ابھیمان (غرور) سے کوئی شخص پُوری نہ کرے تو وہ بچ نہیں سکتا۔ ایشوریہ نیم بہت زبردست ہیں وہ منش کو پھل بھوگنے کے لئے مجبور کر دیتے ہیں۔

لاپرواہی (indifference) کے ساتھ اگر آپ سنساری

دیوہاروں (دُنیاوی کاروبار) کو کرتے رہے تو بہت اُتم ہے۔ ریدی منش جنم بھر تک گرہست آشرم میں رہتے ہوئے بھفو چیت بے پرواہی (indifference) کے ساتھ ویوہار کرتے رہیں تو ہم آپ کو شُور بیر (بہادر) کہیں گے۔ گھر کو چھوڑ دینا بُزدِلوں کا کام ہے۔ پرنتو مہاراجہ جنک کی طرح شُور بیر کوئی برلا (شاذ) ہی ہوتا ہے۔ اِس لئے جِن میں اِتنی ہمت نہیں ہے، وہ مجبُوراً گھر کو چھوڑ کر ہی، دُنیاوی جھگڑوں سے الگ ہو کر ہی اپنے کرتویہ (فرض) کو پُورا کرتے ہیں۔

۲- وِواہ بندھن ہے

وِواہ کرنا ایسا پاپ نہیں ہے کہ وِواہ کرنے والے کو اگلے جنم میں اُس کی جگہ نرک بھوگنا پڑے۔ پرنتو ایسا ادشیہ (ضرور) ہے کہ جیتے جی نرک بھوگنا پڑتا ہے۔ ہاں! جو لوگ کام سے (شہوت پرستی کے سبب) ذات دِن ویھقت (دُکھی) رہتے ہیں۔ اور کوئی اُپائے (طریقہ) اُن کو اس وپتا (دُکھ) کو دُور کرنے کا نہیں پراپت ہوتا، تب بیاہ سے تھوڑی دیر کے لئے چھٹکارہ (Relief) ہو جاتا ہے۔ لیکن اُس کا پرنیام (نتیجہ) جنم قید (عمر قید) بھگتنا ہی پڑتا ہے۔ ایک وپتا (دُکھ) کو شانت کرنے کو دُوسری وپتا (دُکھ) جنم بھر کے لئے خرید لی۔ اُس کے دھنیہ بھاگ ہیں جو سمے سے پہلے ہی ہوش میں آ گیا ہے اور پھر یہ دُنیا جہاں تپ کر آروڑھ ہے۔

بدی سُکھی رہنا چاہتے ہو تو اپنی ضروریات کو کم کرو اور شادی پر چِت
نہ ہو تو کبھی نہ کرنا۔ اِس میں بڑا بھاری بندھن ہے۔ اور بندھن سے دُکھ ہوتا
ہے۔ اپنے من کو کڑا (مضبوط) رکھو۔ من سے بڑی لڑائی ہوگی۔ یدی ڈٹے
رہے گے تو سُکھ پاؤ گے۔ من کے ادھین ہو گئے تو بڑا دُکھ ہوگا۔ اِستری سے
بڑا بندھن ہو جاتا ہے اور اس سے پرمارتھ کے کاموں سے رُچی ہٹ جاتی ہے
اس کا کارن یہ ہے کہ اِستری سیوا میں ہی سمے ویتیت (وقت بسر) ہو جاتا
ہے۔ اِستری کے خوش کرنے کی فکر پڑی رہتی ہے اور اس سے ہر ایک کے ادھین
ہونا پڑتا ہے۔

پھر سنتان (اولاد) کے نئے بندھن کھڑے ہو جاتے ہیں۔ اِستری
جو ناچ نچائے، ناچنا پڑتا ہے۔ اِس لئے پُرش کو اپنا نفع نقصان سوچ لینا
چاہیے۔ بنا سوچے سمجھے زہر کا لڈو نہیں کھا لینا چاہیے۔

اِستری میں سُکھ تو ہے نہیں۔ پر یدی ہو بھی تو بھی دُکھ ادھک ہے
کوئی بیوپاری گھاٹے کا سودا نہیں کرتا۔ تجربہ بھی مہنگا پڑیگا۔ منش کا چِت
یدی اس انش میں ہٹ جائے اور اِستری بندھن اُسے پرتیت (معلوم)
ہونے لگے تو بھی بندھن سے مُکت نہیں ہو سکتے۔ دھرم شاستر پھر اپنی
زنجیر میں جکڑ کر تو یہ کرم (فرائض کی ادائیگی) بس لگاتا ہے۔

۳۔ وِواہ کا لکشّ

دھارمک پُرشوں کی شادی سنتان کے لیے ہوتی ہے تاکہ وِنش کے لئے

اِس لئے یدی سنتان (اولاد) ہو چکی ہے تو ماسٹر کا منشا پورا ہو گیا۔ اور بدی آگے منُش کو سنتان اِچھا نہیں ہو، تو وہ برہمچریہ برت دھارن کر سکتا ہے۔ اور اِسی سے اُس کا کلیان ہے۔ مرنے کے پیچھے منُش کے ساتھ اِستری نہیں جائیگی۔ مگر دھرم ضرور سنگ (ساتھ) جائے گا۔

ہر ایک اپنا اپنا مطلب سوچتا ہے۔ اِسی طرح اِستری بھی کام وشی ہو کر (جذبات شہوانی سے مغلوب ہو کر) اپنی غرض پہ اتنی پہ ظاہر کرتی ہے یدی پُرش برہمچریہ دھارن کرنا چاہے، تو سنیم کے پتھ پر چلنے والے کے لئے کوئی بندھن نہیں ہے۔

یہ یاد رکھیئے کہ جب منُش کسی بات کو کرنے کے لئے پکا اِرادہ کر لے گا تب اُس کو سپھلتا (کامیابی) ضرور ملے گی۔ مگر راستے میں وِگھن بھی ہوتے ہیں۔ اُن سے گھبرانا نہیں چاہیئے۔ وِگھنوں (رُوکاوٹوں) سے منُش کا امتحان ہُوا کرتا ہے۔ یدی اُن میں فیل نہ ہُوا اور پاس ہو کر نکل گیا تو پیچھے (بعد میں) آنند ہی آنند ہے۔ جو اِستری آدمی کا رونا بیٹھتا ہے، یہ سب برتی کے راستے میں وِگھن (روکاوٹیں) ہیں۔ مگر اِس طرح سے منُش کے اِرادے کی آزمائش ہو جائے گی۔ کہ کتنا پکا ہے۔ اِس سب کو پہلے بھی ہوتا آیا ہے۔ اور بیڑا اُنہیں کا پار ہُوا ہے جو کہ اِن سے اربقات وِگھنوں (روکاوٹوں) سے گھبرائے نہیں۔ دواہ تو دھوکا مٹانے کے لئے کیا جاتا ہے۔ اب موقعہ ہے، دھوکا مٹالو۔

۱۲۔ برہمچریہ سے لابھ و ہانی

برہمچریہ رکھنے سے کبھی کسی کو بیماری نہیں ہوسکتی۔ بلکہ اُس کے نہ رکھنے سے شریر (جسم) کو ہانی (نقصان) ہوتی ہے۔ اتنا ضروری ہے کہ جو لوگ اس برت پر چلنا چاہتے ہیں۔ اُن کو اپنے آہار وہار (خورد و نوش و رہن سہن) کا بہت خیال رکھنا چاہیئے۔

برہمچاری وہ ہے جو من، وچن اور کرم سے اِستری میں رمن نہیں کرتا اور آٹھ پرکار کے میتھن (مباشرت) سے بچتا ہے۔ جو من سے اِستری میں رمن کرتا ہے اور برہمچاری بنا بیٹھا ہے۔ اُس کے شریر (جسم) کو ہانی (نقصان) ہونا سمبھو (ممکن) ہے۔

جو برہمچریہ کے نیم (اصول) پالن نہیں کرتے، اُن کو کام جور (تپ شہوانی) بھی ہوجایا کرتا ہے۔ پرنتو یہ کام جور سب کو نہیں ہوتا۔ جو ویدیہ (معالج) ایسا سمجھتا ہے، وہ مُورکھ (جاہل) ہے۔ اُسے اِس وشے کا ادھورا گیان ہے پرنتو کام جور کی اوشدھی کیول وِواہ ہی نہیں ہے۔ وِواہ کرلینے سے کام جور شاید اُتر بھی جائے۔ پرنتو بیسیوں اور جور اوشیہ (ضرور) چڑھیں گے۔ جن سے کہ چھٹکارہ جنم بھر نہیں ملے گا۔ اور جتنی سوتنترتا (آزادی) ہے سب چھن جائیگی۔ ویدلوگ موہن دوشی کو (احتلام کے مریض کو) بھسمیں (کشتے) بہت دیتے ہیں۔ جس سے کہ شریر میں گرمی بہت بڑھ جاتی ہے۔ اور کام جور تتھا طرح طرح کی اُپادھیاں کھڑی ہوجاتی ہیں۔ برہمچاری کو

گرم اوشدھ سیون کرنے (گرم دوا کا استعمال) تھا ایسے دوسرے کپتھ (بد پرہیزیوں) سے ساودھان رہنا چاہیئے۔

۵۔ برہمچاری کیلئے کچھ نیم

(۱) شام کو دودھ پی کر رہ لو۔ یا ہلکا کھانا کھاؤ۔
(۲) کم از کم ۴۵ منٹ پیچھے سوؤ اور یدی پورا کھانا کھایا ہو تو تین گھنٹے بعد سوؤ (۳) بایاں کروٹ اوپر کر کے سوؤ اور اسی طرح سوؤ (۴) جاگ آنے پر اٹھ بیٹھو۔ اور پیشاب کر کے، کلّہ کر کے بیٹھ جاؤ۔ پھر نہ سوؤ۔ (۵) کیول ایک چادر میں سوؤ۔ اور جب سردی سے نیند کھل جائے تو چادر اوڑھ کر بیٹھ جاؤ۔ نیند آئے تب بیٹھے بیٹھے سوؤ۔ (۶) دن میں مت سوؤ۔ (۷) بھوجن بنا نمک کے بنا مصالحے کے کھاؤ۔ میٹھا بالکل نہ کھاؤ (۸) یدی کر سکے ہو تو تین دن نرآہار کر دو (۹) صفائی رکھو۔ (۱۰) یدی نرآہار کر دیا اور چیشٹا (خواہش) بھی دب گئی تو پیچھے (تاں بعد) کمزوری دور کرنے کے خیال سے یدی پھر بہت پشٹی کارک پدارتھوں کا سیون کرو گے (طاقت بخش چیزوں کا استعمال کرو گے) تب وہی شکایت شروع ہونا سمجھو ہے۔ (ممکن ہے) گاجر وغیرہ طاقت دینے والی تو ضرور ہیں۔ پرنتو کام چیشٹا (نفسانی خواہش) کو بڑھانے والی ہیں۔ ہاں جس کے اندر یہ خواہش نہ ہو، اس کو کوئی ہانی (نقصان) نہیں پہونچا سکتے۔
اس لئے بھوجن کا خیال ضرور رکھنا چاہیئے۔ شریر (جسم) قدرتی کمزور

بھی ہو جائے تو بھی کوئی ہرج نہیں (۱۱) اُلٹی کا ابھیاس ایسا ہونا چاہیئے کہ چاہے پانی ٹھنڈا ہو چاہے گرم ہو، چاہے کچھ بھی نہ ہو۔ پرنتو اُلٹی کر سکو۔ کیونکہ اُلٹی کا تت کا لِک پربھاؤ (فی الفور اثر) ہوتا ہے۔ (۱۲) یدی مُمکن ہو تو گورکھشاسن میں بیٹھنے کا ابھیاس کرو۔ (۱۳) کچھ مُگدر وغیرہ کی کسرت بھی کرو۔ اور یدی ہانی (نقصان) نہ ہو تو جاری رکھو۔ (۱۴) کوئی دھرم پُستک (کتاب مُقدسہ) اوشیہ (ضرور) پڑھو۔ اور اُس کا منن کرتے ہوئے سو جاؤ۔ (۱۵) ایکانت میں رہنا اچھا ہے۔ یدی اُس میں خیالات شُدھ (پاکیزہ) رہیں۔ (۱۶) اِستری یدی سامنے آجائے تو اُس کے چہرے کی طرف مت دیکھو۔ بلکہ ماتر بھاؤ رکھتے ہوئے اُس کے چرنوں کی طرف دیکھ کر من سے متھا ٹیک دو۔ چھوٹی لڑکی کو دیوی سمجھتے ہوئے ایسا ہی کرو۔ (۱۷) پرہلاد کی کتھا ہر وقت سامنے رکھنا چاہیئے۔ ایشور کے بھروسے پر کوشش کرتے جاؤ۔ جو سچے دل سے اُنکی شرن میں جاتا ہے وہ آپ ہی اُسے سنبھالتے ہیں۔ (۱۸) یہ مُورکھتا ہے یدی تھوڑے دِن شکایت نہیں ہے تب ڈھیلے پڑ جائیں ہمیشہ ساودھان (محتاط) رہنا چاہیئے۔ ایسے نیم دیرگھ کال (طویل عرصہ تک) جاری رکھنے چاہئیں۔

۶۔ گرہست میں برہمچریہ سادھن

(۱) بھوجن بِنا نمک مصالحے کا ہونا چاہیئے۔ یدی کبھی نمک یا کسی گرم مصالحہ ہلدی وغیرہ کی آوشیکتا (ضرورت) ہو تو سب مِلا کر

ایک یا دو گراس (لقموں) ہیں کھا لینا چاہیئے۔ یدی اب تک نمک مصالحہ نہ چھوڑا ہو تو فوراً ترک کر دینا چاہیئے۔ ساگ بھاجی کو کیول گھی میں بھون سکتے ہو۔ سواد کو جیتنا ضروری ہے (۲) برہمچریہ بھنگ کرنے پر جرمانے کے اتیرکت (علاوہ) تین دن کا اپواس (برت) رکھنا چاہیئے۔ کیول شام کو آدھ سیر دودھ پینا چاہیئے۔ جرمانہ تو ادا کر دیا۔ پرنتو اپواس (برت) کا کچھ بھی نہ کیا۔ اتنا کافی نہیں ہے۔ آگے کو برہمچریہ کھنڈت ہونے پر تین دن کے اپواس (برت) کے ساتھ دنڈ (سزا) دینا ہوگا۔ یدی اوپر کی باتوں پر چلنا منظور نہ ہو تو ابھیاس کرنا ورتھا (فضول) ہوگا۔ کیونکہ بھوگ اور یوگ ایتھوریہ نیم میں ساتھ ساتھ نہیں ہیں۔ شاید تمہارے نیموں میں ہوں تو تم جانو۔ (۳) تم کو اچھی طرح سے سمجھا دیا تھا کہ وستو کو آنکھ، ناک، زبان وغیرہ سے پریکشا (امتحان) کر کے گرہن (قبول) کرنا چاہیئے۔ پرنتو تم تو استری کے داس ہو۔ تمہارے اندر اتنی عقل نہیں ہے جتنی کہ تمہاری استری میں ہے۔ نہ ہی اتنا حوصلہ ہے۔ پھر تم پریکشا کے لئے کہاں تیار ہو سکتے ہو۔ تم تو استری سے کانپتے ہو۔ مانو وہ تم کو کھا جائیگی کیونکہ تم نے سمجھ رکھا ہے کہ تم استری کے داس (غلام) ہو۔ وہ تمہاری مالکن ہے۔ تم کما کما کر اس کے چرنوں (قدموں) میں لا کر رکھتے جاؤ۔ وہ جیسا چاہے ویسا کرے۔ یدی تمہارے اندر استری کی غلامی چھوڑنے کی ہمت نہیں ہے تو اس کے پیر دبا پڑو۔ اور اپنے کلیان کے لئے ہاتھ جوڑ کر اس سے پرارتھنا کرو کہ وہ تمہیں راستہ دکھلائے۔ اور یدی تم میں مرد

بننے کی ہمّت ہے تو اُوپر بتلائے ہُوئے نیموں پر چلنے کے لئے کٹی بدّھ (کمر بستہ) ہو جاؤ۔ جیسا چیت ہو، ویسا کرو۔ (۴) اِس میں سنشیہ نہیں کہ کام (نفس) کا جیتنا بڑا کٹھن ہے۔ انیک ورشوں کے تپ کے پشچات (بعد) بھی رشی مُنی لوگ بھی گر جایا کرتے تھے۔ پرنتو یدی منُش ٹھیک راستے سے سچائی کو گرہن (قبول) کرنے کے لئے کوشش کرتا ہے اور یتھارتھ بودھ (کشفِ حقیقی) پڑ ڈٹ جائے تو اِس پر وِجے پانا (فتح حاصل کرنا) اِتنا کٹھن (مشکل) نہیں۔

۷۔ جِبھیا رس جیتنے کی وِدھی

(۱) سواد کا غلام نہ رہیں۔ بھوجن (کھانا) بہت سواد شٹ (لذیذ) بنا کر نہ کھائیں۔ دس پانچ دن بغیر نمک مصالحہ والی تھا ساگ سبزی بھی کھایا کریں۔ سونٹھ کی پھنکی (سفوف) اُوپر سے لے لیویں۔ گھی دال میں ڈالیں۔ جتنا کھانا ہو، پانچ سات کالی مرچیں کھا کر کھانا کھانے سے پہلے پی لیں۔ پھر خشک پُھلکہ بنا نمک مصالحہ والی دال ساگ بھاجی کے ساتھ کھایا کریں۔ دُودھ میں میٹھا نہ ڈالیں۔ جتنا میٹھا کھانا ہو پہلے کھالیں اُوپر سے دُودھ پی لیں۔ ایسا پندرہ دن تک کر کے چھوڑ دیں۔ پھر پندرہ دن پیچھے ویسا ہی کرتے رہیں۔ جب نمک کھانے کو جیّت کرے، تب جتنا کھانا ہو اتنا مُنہ میں رکھ لیں اور پانی کے ساتھ نگل جائیں۔ پیچھے بھوجن کر لیں۔

(۲) جبھیا کے سُواد میں نہ پھنسنا تپ ہے۔ کیونکہ اِس سے من تپتا ہے تبھی تو بِنا نمک مصالحہ کی دال، ساگ تم کو نہیں بھاتی۔ ابھی تو تم من بھاتا بھوجن چاہتے ہو۔ پرنتو یہ کمزوری ہے۔ تم اِس "بھاتے" میں کب تک پھنسے رہو گے؟ تم کو ہٹھ سے دال، ساگ بِنا نمک مصالحہ کے کھا کر ایک ہفتہ دیکھنا چاہیئے۔ پھر ویسا ہی بھانے لگے گا۔

(۳) بھوجن تبھی کرنا جب تیز بھوک لگے۔ جس پرکار اگنی جلا کر اُس کی لپیٹ (شعلہ) نکلنے پر ہون کرتے ہیں۔ اُسی پرکار جٹھراگنی سے جس سمے لپٹ (شعلہ) نکلتی معلُوم پڑے، اُس سمے بھوجن کرنا اُچیت (مُناسب) ہے۔ اور وہ پکتی ہے۔ مانو اوشدھی (دوا) لے رہے ہیں۔

۸۔ کام سے سُوتنترتا

کام (شہوت) کے وش مُتش گھاٹے میں رہتا ہے۔ گرہستی وِشے میں رت ہو۔ جتنی بھوک مٹانے میں مشغُول ہو کر انیک کشٹ اِکٹھا کر لیتے ہیں۔ سنتان بِمتّ ہی (حصُول اولاد کی خاطر ہی) وِواہ کی آگیا ہے جو اِس بکھیڑے میں نہ پڑیں اچھا ہے۔ پرنتو گرہستی میں بھی یدی اِستری پُرش سَنیم سے رہنے لگیں، تو بہت سا دُکھ کم ہو جائے۔ انیک پاپوں سے بچ جائیں اور بھجن اُپاسنا میں لگ کر شانتی اور آنند کا انوبھو کر سکیں اِستری سے سوتنترتا پراپت کرنے کے لئے پاک وِدیا۔ کھانا پکانے کے علم سے بھی تھوڑا بہت گیان تتھا ابھیاس ہونا چاہیئے۔ نہیں تو کام ترپتی

(جِنسی بھُوک کی تسکین) کے اترکت (علاوہ) بھوجن کے لئے بھی اِستری کا داس بننا پڑیگا۔ اِس لیئے اُس کے موہ پاش (پیار کے بندھن) سے نکلنا اور بھی مُشکل ہو جاتا ہے۔ جگیاسُو (سالک) گرہستی کو اُچِت ہے کہ اِستری پر بہت نربھر نہ رہے (انحصار نہ رکھے) بلکہ اپنے سب کام خود کرنے چاہئیں۔ پرتنترتا (غلامی) میں دُکھ ہی ہوتا ہے۔ اور منُش یہی سمجھ بیٹھتا ہے کہ اِستری کے بِنا اُس کا نِرواہ (گذارہ) ہی اسمبھو (ناممکن) ہے۔ ایسی دھارنا رکھتے ہُوئے کام تتھا موہ سے چھُٹکارہ پانا اور بھی کٹھن (مُشکل) ہو جاتا ہے۔

۹۔ سوپن دوش (احتلام)

سوپن دوش (احتلام) اگر کام کے سنسکار کے دوش میں، شہوانی جذبات کی وجہ سے ہوتا ہے تو سخت دُوشن (بہت بُرا) ہے۔ یدی ایسا نہیں ہے تو کارن (سبب) کا پتہ لگانا چاہیئے۔ کہ کسی شاریرک دوش (جسمانی نقص) سے ہے۔ یدی ویریہ (مادہ منویہ) پتلا ہونے کیوجہ سے ہو تو پُشٹی کارک پدارتھوں (مقوی اغذیہ) کا استعمال کرنا چاہیئے (۲) کبھی بھوجن ایسا ہوتا ہے کہ اُس سے بنا ہُوا ویریہ (مادہ منویہ) شریر میں جذب نہیں ہو سکتا۔ (۳) کبھی پیشاب کی حاجت ہوتی ہے۔ مگر آلسیہ کیوجہ سے لیٹے رہتے ہیں۔ (۴) کبھی سیدھے لیٹے رہنے سے ادھو وائُو رُک کر اُوپر کو زور مارتی ہے (۵) کبھی پرانوں کی گتی اُوپر

کو ہوتی ہے اور اُس میں کسی کارن سے رکاوٹ پڑ جاتی ہے۔ جیسا کہ ایک پہلو کے بل لیٹنا۔ (۶) دایاں پہلو اُوپر کر کے ایک یا دو بجے کے بعد رات کو سوتے رہنا، اِتیادی انیک کارن ہیں، جن کا خیال رکھنا چاہئے۔ یدی سنسکار جنیہ سوپن دوش نہ ہو، اور کبھی کبھی آہار (خوراک) کی گڑبڑ سے بھی ہو جائے تو ایسا حرج بھی نہیں۔ جنم سے برہمچاریوں کو بھی بگاڑ سے ایسا کشٹ (تکلیف) ہو جانا سمبھو (ممکن) ہے۔ گرہستی جو کہ اصول توڑ چکے ہیں۔ اُن کے ویریہ (مادہ منویہ) کی ادھوگتی بھی سب پرکار کے نیم پالن کرنے سے، من کو شُدھ کرنے سے رُک سکتی ہے۔ بے پرواہ رہ کر آہار، ویوہار (کھانے پینے نیز رہن سہن کے ڈھنگ) کو شُدھ کرتے جانا چاہیئے۔ پورن برہمچاری وہی ہے، جو من، وچن، کرم سے اِستری کے ساتھ رمن نہیں کرتا۔ اور نہ اُس کے سوپن میں کبھی کام کے سنسکار اُودے ہوتے ہیں۔

۱۰۔ سنجم کی ودھی

حیوانی جذبات کو جبراً اور اندھا دھند بے عقلی سے روکنے کی جس قدر کوشش کی جائے، اُسی قدر یہ زیادہ زور سے تنگ کرتے ہیں۔ اِس لئے جہاں تک ہو سکے، عقل سے کام لیا جائے۔ اُن کو شروع سے ہی یعنی خیال پیدا ہوتے ہی روک لیا جائے۔

یہ کبھی خیال نہ کرنا چاہیئے کہ ایک دفعہ تو خواہش مذکور کی سیری

حاصل کرلیں۔ پھر آیندہ کے لئے قطعی ترک کردیں گے۔ ایسا کرنے سے
ایکدفعہ نہیں بلکہ کئی دفعہ اس غلطی میں مُبتلا ہونا پڑے گا۔ اور پھر بھی
رُکنا مُشکل ہوجائے گا۔ اور روکنے والی قوتِ ارادی گھٹتی جائیگی۔

سب سے عمدہ اصُول یہ ہے کہ سخت دِل ہوکر مردانہ وار پہلی مرتبہ
ہی، خواہش اُٹھنے پر اُس کو روک لیا جائے اور دبا دیا جائے۔ اور اِس
کے خطرناک نیز تباہ کن نتائج کا خیال کرکے، اپنی پُوری قوتِ اِرادی کے
ذریعہ اِس پر زور شور سے حملہ کرکے اس کو فتح کرلیا جاوے۔ جس کا نتیجہ یہ
ہوگا کہ آیندہ کے لئے حوصلہ نیز قوتِ اِرادی میں اور بھی مضبُوطی آجائیگی۔
اور جُملہ نفسانی خواہشات اور حیوانی جذبات کو برانگیختہ کرنے
والے خیالات نیز اسباب سے قطعی علیحدگی و پرہیز رکھا جاوے۔
پہلے پہل دِل سے ہی اِس خیال کی جڑ کاٹ دینا چاہیئے۔ اور
اِس جڑ میں پانی دینے والے اسباب سے قطعی جُدا رکھا جانا چاہیئے۔
بہت احتیاط و باقاعدگی کے ساتھ دماغی محنت کرنے سے
دِلی خیالات کا رُخ ادنیٰ حیوانی خواہشات و جذبات کی طرف سے
ہٹا کر اعلیٰ قِسم کے ذہنی و اخلاقی جذبات کو مضبُوط ترین و قوی کرنا ہے
جس سے پھر مذکورہ بالا ردّی اور کمینہ حالتوں میں مُقابلہ ہونے کا
موقعہ کم مِلتا ہے۔ اِس خیال سے بچنے کے لئے بڑی احتیاط نیز توجّہ کے ساتھ
اپنے دِماغی نیز ذہنی مشاغل میں مصرُوف رہنا شرُوع کریں۔ سِوائے عقل اور
ذہنی اور اخلاقی مشقیں بڑھانے کے کوئی دیگر طاقت اُن کو اِس ادنیٰ نیز گری

ہوئی حالت سے نکال نہیں سکتی۔
سادہ غذا اس کے لئے از حد مفید ہے۔ جیسے سبزی۔ ترکاری۔ تھوڑا سا دودھ۔ گھی۔ مکھن اور وہ بھی اعتدال کی حد تک۔ یعنی جہاں تک ممکنات سے ہو اس قدر کھائے۔ جس سے کہ آپ کا شکم ہلکا پھلکا رہے۔ بہت ٹھوس کر مطلق نہ کھائیں۔ مختلف اقسام کے کھانے سے بھی قطعی پرہیز رکھیں۔ چوبیس گھنٹوں میں صرف ایکبار کھانا چاہیئے۔ اور وہ بھی بہت ٹھوس کر نہیں۔

۱۱۔ سمارتھ بودھ پراپت کرو

سوچنے کی بات ہے کہ پشو (حیوان) بھوگ کرنے کے سمے (بوقت جماع) پرتھم (پہلے) مادہ کی بولی کو سونگھتا ہے۔ تب اگر مناسب سمجھتا ہے تو وشے بھوگ (جماع) کرتا ہے۔ نہیں تو چھوڑ دیتا ہے۔ پرنتو منش جو اپنے آپ کو بڑا بدھیمان یعنی اشرف المخلوقات سمجھتا ہے، بنا دیکھے بھالے بھوگ کر بیٹھتا ہے۔ یدی وہ بھوگ سے پہلے اپنے حواس سے دیکھ بھال لے تو اسے گیان ہو جائے کہ وہ کیسے گھرنت پدارتھ (قابل نفرین شئے) کو گرہن کر رہا ہے اور اس لئے اس کی بدھی (عقل) کتنی ملین (کثیف) ہے۔ جو کہ اس کو نرک کنڈ دُرگندھی کے استھان — بدبو کے مقام میں غوطہ لگانے کی پریرنا کرتی (اکساتی) ہے۔ دھکار ہے ایسی بدھی پر جو کہ پشوؤں سے بھی گری ہوئی ہے۔ ایسے اندھا دھند کاروائی

کرنے والے پُرش کا کلیان ہونا کیسے سمبھو (ممکن) ہے۔ آپ نتیہ پرتی (روزانہ) صُبح اُٹھ کر جبکہ آپ کی استری نے ہاتھ مُنہ نہ دھویا ہو، اُس کے مُنہ، بغل اور یونی کو سُونگھیئے۔ تب آپ کو اصلیت کا پتہ چل جائے گا استری کا سنگ بالکل بند ہونا ضروری ہے۔

۱۲۔ کام جے اُپائے

تجربہ کرتے سمے یہ دیکھنا ہے کہ جس وستو کو بھوگتے ہو، وہ کیسی ہے؟ جب اُس کے گھرنا (نفرت) کے خیالات درڑھ (مضبوط) ہو گئے۔ یعنی اُس کا خیال آتے کے ساتھ ہی گھرنا (نفرت) کا جذبہ بھی پیدا ہو تب تجربہ کرتے کرتے اُتیجنا (انتشار) کم ہوتی ہُوئی ہمیشہ کے لئے بند ہو جائیگی۔ نہیں تو کچھ کال (عرصہ) کے پیچھے پھر پیدا ہونے لگے گی۔

جب سنسکار درڑھ (مضبوط) ہو جائے تب ہٹھ سے اُس کے ویوہار کو روکنا چاہیئے۔ بار بار مَن کو سمجھانا چاہیئے کہ جس بات کی تو اِچھا (خواہش) کرتا ہے، دیکھ وہ کیسی ہے؟ اور تم کو پیچھے (بعد میں) کتنا نُقصان اُٹھانا پڑتا ہے۔ اِتیادی۔ ایسا چنتن کرنا (وِچار کرنا) چاہیئے۔ جاگرت میں کبھی اِستری سے ہنسی بھی نہ کرنا۔ تاکہ کام کے بھاو (شہواتی جذبات) کو سچائی نہ ملے۔ نہ دُوسروں سے کبھی ایسی باتیں سُننا۔ جو اِن کی نِندا کرتے ہیں، اُنہیں کا سنگ کرنا (صحبت اختیار کرنا)

یا اکیلے رہنا چاہیئے۔ اور بیراگ کی پُستکوں (کتب) کا مطالعہ کرتے رہنا چاہیئے۔ خاص طور پر "یوگ وشِشٹ" کا بیراگ پرکرن دیکھنا چاہیئے۔ اِس طرح سے کچھ کال پیچھے (تھوڑے عرصہ کے بعد) چِتّ شانت (خواہش ختم) ہو جائے گی۔ کھانے پینے میں ہمیشہ احتیاط برتنا چاہیئے۔

۱۳۔ پریکشا کی تیاری کرلو

پریکشا (امتحان) دینے سے پہلے ودّیارتھی (طالب علم) کو پڑھائی اچھی طرح ٹھیک کر لینی چاہیئے۔ پرنتو جو اِس پر دھیان کئے بِنا اپنے آپ کو کٹھن اور سُوکھشم پریکشک کے ارپن (حوالے) کر دیتا ہے، سو فیل تو ہوگا ہی۔

پہلے تم اِتنے کال (عرصہ) تک سادھن کرو کہ تمہارا من وشیوں میں نتھا بھوجن کے سُواد میں بھی راگ (رغبت) نہ پرگٹ کرے۔

اور پھر اپنے من کو دیکھتے رہو کہ کبھی کسی جوان عورت کو دیکھ کر وکار کو پراپت ہوتا ہے یا نہیں۔ (اُس میں بُرے خیالات تو پیدا نہیں ہوتے)

جب وشیوں سے اُپرام رہنے لگے۔ اِستریوں سے اُداسین رہے۔

سوپن میں بھی اِستریوں سے سنگ نہ پالے، تب سمجھ لیں کہ کچھ ہوا ہے۔

یدی مُورکھتائی (جہالت) میں پھنسے رہو گے، کام سنسکار (جبوانی جذبات) کو کبھی نشٹ (زائل) نہ کر سکو گے۔ مُورکھوں کو اِستریاں بندر کی طرح نچاتی ہیں۔ پرنتو وہ اپنی حیرانگی دیکھتے ہوئے شوق سے ناچتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ ہم کچھ ترقی کر رہے ہیں۔ جس چیز کو تم نے سینکڑوں بار

دیکھ لیا ہو اور چھو لیا ہو، اور پھر بھی عقل نہیں آئی تو اب کیسے آئے گی؟ یہ تجربہ کیا ہے۔ یہ پاپ ہے۔ اس کا پھل گراوٹ اوشیہ ہے۔ جب استری کو سپرش کرنے سے جوش پیدا ہو گیا، تب گراوٹ ہو گئی۔ آگے کیا کر سکو گے اس لئے اُتیجنا کو (انتشار کو) موقعہ ہی مت دو۔ ورنہ پچھتاؤ گے۔ ایسے کُپتھ سے — بدپرہیزی سے، ہڈّی کا درد، ویریہ دوش تتھا کام جور آدی روگ پیدا ہو جاتے ہیں۔ پہلے سَنجم کا سوبھاؤ بناؤ۔ پھر اس کٹھن پریکشا (سخت امتحان) میں پڑو۔

۱۴۔ استری مایا رُوپا ہے

استری چاہے دیوی ہو یا مہا لکشمی۔ آخر مایا کا رُوپ ہے۔ اور ہاڑ، مانس، چام — ہڈّی، گوشت، پوست ہیں کوئی وشِشٹتا (خوبی) میں نہیں دیکھتا۔ اس لئے بندھن چاہے سوت کی رسّی کا ہو اور چاہے ریشم کی رسّی کا ہو، وہ بندھن ہی ہے۔ دونوں رسّیاں منش کو سوتنترتا سے چلنے سے محرُوم رکھتی ہیں۔ استری چاہے دیوی ہو، چاہے بھگتہ ہو، چاہے یوگنی ہو، وہ پُرش کو بندھن ہی پر نتیت ہو گی۔ ہاں جس کو وِچار نہیں ہے اور کام اندھا ہے اُس کی بات نرالی ہے۔

ﮦ

مایا مہا ٹھگنی ہم جانی
کیشو کے کملا ہو بیٹھی، شمبھو کے بھون بھوانی

جوگی کے جوگن ہو بیٹھی ، برہما کے برہمانی
بھگتن کے بھگتنی ہو بیٹھی ، راجہ کے گھر رانی
پنڈے کے دیوی ہو بیٹھی ، تیرتھ میں ہو پانی

کبیر داس کی اِس بانی کو کبھی کبھی وچار کر لینا چاہیئے۔ اور اِستری مانر سے پریم نہیں کرنا چاہیئے۔ خاصکر برہمچاریوں کو دھوکہ ہو سکتا ہے مایا جو ہے ، دکھلاوا ہی ہے۔ اس کی اصلیت کا جب پتہ چلتا ہے جب اُس سے من ہٹ جاتا ہے۔

اِستری ساکھشات مایا کا رُوپ ہے۔ اگر یہ جب تک پُرش کا انکُش رہتا ہے، تب تک تو کچھ ٹھیک رہتی ہے۔ پرنتو جب سوتنتر (آزاد) ہو گئی تب اپنے رنگ کو پرگٹ (ظاہر) کرنے لگتی ہے۔ پُرش بھی مایا میں پھنسکر اُس کے رنگ میں رنگ جاتا ہے۔ اور دکھاوا کر کے دُوسروں کو ٹھگتا پھرتا ہے۔ یہ تو ہونا ہی رہتا ہے۔ جن کی جیسی استری، وہ ویسا ہی کرتا ہے۔

کرم پردھان وشو رچ راکھا
جو جس کرے سو تس پھل چاکھا

مایا اتی بلوان ہے۔ پربھو ہی رکشا کریں تو منش اس کے پھندے سے چھوٹے۔ ورنہ بہت کٹھن (مشکل) ہے۔

۱۵۔ اِستری چرتر سے ساودھان رہو

عورت کے غلام ——— (Henpacked Husband)
کے لئے شہوانی جذبہ کا مقابلہ کرنا اسمبھو (ناممکن) ہے۔ یہ نشچے (یقین)
رکھنا چاہیئے کہ جب تک استریوں کی باتوں پر وشواس (یقین) کرتے رہو گے
اُن کے چرتروں کے غلام بنے رہو گے۔ تب تک کلیان ہونا اسمبھو (ناممکن)
ہے۔

استری اپنا چرتر نہیں چھوڑ سکتی۔ یہ اُس کا سوبھاوک گُن (قدرتی
خواص) ہے۔ چاہے پتنی ہو، چاہے ماتا ہو، بہن ہو، دادی ہو، چاہے
چاچی ہو، بھگتنی ہو، چاہے یوگنی ہو۔ جب تک اُس میں استریوں کے بھاو
براجمان ہیں، وہ استری ہے۔ ساودھان (محتاط) رہنا بہت ضروری ہے
جب تک اُن کے گماشتہ (Agent) رہنے میں آسکتی (رغبت)
رکھو گے، تب تک وہ ناچ نچا دیں گی۔ اور تم دھرم کی آڑ لیکر ناچو گے۔
پرنتو یہ مُور کھتا ہے۔ رساتل (جہنم) کو پہونچا دیگی۔

۱۶۔ ساودھانی بنا جے اسمبھو ہے

یہ بات وہی پرُش کر سکتا ہے جو کہ شترو (دُشمن) سے کبھی غافل نہیں
رہتا۔ جو غافل رہتا ہے۔ جو غفلت کرتا ہے، دھوکہ میں مارا جاتا ہے۔
آپ سب جانتے ہیں۔ کوئی بات چھپی ہوئی نہیں ہے۔ جو پُرش چور رنم
کی سرائے میں رہتا ہوا غافل سوئے، وہ لُوٹا ہی جاتا ہے۔ پیچھے (بعد میں)
پچھتانا پڑتا ہے کیا بنتا ہے؟ محنت و جانفشانی سے کمائی ہوئی دولت

بکدم چلی جاتی ہے۔
جتنا منش ساودھان حالت میں اساودھانی (بے احتیاطی) کرے گا اور اپنے خیالات ٹھیک رکھنے میں غفلت کریگا، اُتنا ہی گرنے کی سمبھاونا زیادہ ہے۔ اِستری سے یا کسی سے اِس دِشئے پر مخول کرنا بھی ہانی کارک (نقصان دہ) ہے۔ لڑائی سخت ہے۔ غافل کا کام نہیں ہے کہ جے پراپت کر سکے (فتح حاصل کر سکے)۔
جب تک مایا اپنے چھل سے منش کی بدّھی کو وِچلت نہ کر دے تب تک وہ گر نہیں سکتا۔
ساودھانی (احتیاط) رکھتے ہوئے شانتی کی اُمید ہو سکتی ہے ہر وقت ساودھانی رکھنا چاہیئے۔ باہر کے شترو (دُشمن) سے بچنے کا اُپائے کر کے پُرش نشچنت (بے فکر) ہو سکتا ہے۔ پرنتو جو شترو (دُشمن) گھر کے اندر رہنے والا ہے، اُس سے تو ہر سمے ہر لحظہ ساودھان (محتاط) رہنا پڑیگا۔ جب کبھی بھی غفلت کروگے، وہ دھر دبائے گا۔

۱۷۔ وِشئے کیتھا

موہ سکل ویادھن کر مولا !
تجا سے اُپجت ہیں بہو شولا !

یہ ایک نشچیت سِدّھانت (ایک صحیح اصول) ہے جس کو چوپائی کے رُوپ میں گوسوامی تلسی داس جی نے ورنن کیا ہے۔ آپ بھی اچھی طرح سے

کسوٹی پر پرکھ لیں۔ شاریرک دُکھ (جسمانی تکالیف) شاریرک کُپتھ (جسمانی بدپرہیزیوں) سے پیدا ہوتا ہے۔ اور مانسِک دُکھ، من کی بدپرہیزیوں سے پیدا ہوتا ہے۔ وہ کُپتھ (بدپرہیزیوں) سے زیادہ سے زیادہ ہوتا جاتا ہے۔ شانت نہیں ہو سکتا۔ اُس کا پرتھم (اولین) اور آخری علاج پرہیز ہے۔ آپ بدھیمان ہیں۔ اپنے وِچار سے اِس کی تشریح کر کے کُپتھ کی مقدار (Extant) کو سمجھ سکتے ہیں۔ سہایک اُپائے (معاون تدبیر) یہ بھی ہے کہ کُپتھ (بدپرہیزی) کے کارن جو دوش (نقائص) بڑھ گئے ہیں اُن کو یتھا شکتی (طاقت کے مطابق) ختم کر دیا جائے اور سخت پرہیز کر کے نئے دوش (نقائص) پیدا ہونے میں روکاوٹ ڈالی جائے۔ اور رہا سہا دوش بڑھنے نہ پاوے۔ یہ رہا سہا دوش پرہیز سے بھی جیتا جا سکتا ہے۔ اگر زبردستی سے بدپرہیزی دُور ہوتی نظر آوے تو نکالنے نِشکاسن کا اُپائے بھی اوشیہ (ضرور) ہوتے رہنا چاہیئے۔ ورنہ دوش (نقص) بڑھ کر گرا دیتا ہے۔

۱۸۔ بل پوروک پُرشارتھ کرو

جب آپ نرک کُنڈ میں غوطہ لگانے سے گھرنا (نفرت) کرتے ہیں تو پھر پران اُتیجنا (انتشار) کیسے ہو جاتی ہے۔ خیر! گھرنا (نفرت) کو بڑھاتے جانا چاہیئے۔ اپنی طرف سے بل پوروک پُرشارتھ کرنا چاہیئے اور سپھلتا (کامیابی) کے لئے چڑھائی کے سمے بھی نتیہ پرارتھنا کرنی

چاہیئے۔ کیونکہ "ہمتِ مرداں مددِ خُدا" - Heaven helps those who help themselves " ــــ ہمیشہ محتاط رہو۔ بدی غفلت کروگے تو پیچھے پچھتانا پڑیگا۔

۱۹۔ یُدّھ کے نیم

وِپکشیوں پر وِشواس مت کرو

جو پُرش کسی دُشمن سے لڑنا چاہیئے۔ اور دُشمن کے پکش (جانب) کے آدمیوں کو اپنے ساتھ مِلا کر جیتنا چاہتا ہے، اُس مُورکھ کو جیت سے ہاتھ دھونا چاہیئے۔ کیونکہ جب دُشمن پکش کے آدمی دُشمن کی طرفداری کرنے والے ہیں۔ تب بھلا وہ کب فتح ہونے دیں گے۔ اِسی طرح جو پُرش کام، کرودھ آدی وِشیوں کو نشٹ (ختم) کرنا چاہتا ہے، اُسے چاہیئے کہ اُس پکش کے لڑنے والوں کو اپنی سہائتا میں نہ رکھے۔ نہیں تو اُس کا پکش نربل (کمزور) رہے گا۔ اور دھوکہ کھائے گا۔ جِتنا پاپ کا انش ہے، وہ اُن کے پکش کا ہے۔ اور جو پنیہ ارتھات دھرم کا انش ہے، وہ اُن کے وِردھ پکش کا ہے۔ بھلا جو ایسے مہان کرم کی شردھا رکھتے ہیں۔ جن میں کسی کو دُکھ نہ دینا جھوٹا وِیوہار نہ کرنا، دُوسرے کا حق نہ دبانا، برہمچریہ رکھنا، وِشیوں سے بچنا، آدی باتوں پر پُوری توجّہ دینی پڑتی ہے۔ پھر اِن اصُولوں کے توڑنے سے وہ کیسے اُمّید کرسکتے ہیں کہ اُن کو اِس مارگ میں سپھلتا پراپت

ہو گی ؛ جو پُرش کِنچت ماتر (رتّی بھر) بھی پاپ سے کام لینا چاہتا ہے اُس کے لئے اُس کو جیتنا کٹھن ہے۔ بلکہ اسمبھو (ناممکن) ہے۔ پرنتو جو پُرش اپنے ہِردیہ سے پرتھم (پہلے) پاپ کا بیج ناش کرتا ہے۔ کیول دھرم اتھوات سچائی پر کھڑا ہوتا ہے (دھرم کے لکشنوں کی گِنتی کے سولھویں ادھیائے میں اچھی طرح سے تشریح کی گئی ہے)۔ وہی جلدی یا دیر سے (sooner or later) فتح پانے کی اُمید رکھ سکتا ہے۔ یدی منُش سپھلتا (کامیابی) چاہتا ہے تو اُس کو ایشور کے سامنے درِڑھ پرن (عزم) کرنا چاہیئے۔ کہ بس پاپ بالکل نہیں کروں گا۔ سچائی سے کبھی نہیں گروں گا۔ تب یدی ایشور سے سیدھے من سے پرارتھنا کرے تو وہ اُس کو سہائتا پردان کریں گے (اُس کی مدد کریں گے) جب دھرم پر آروڑھ ہو کر (ثابت قدم) ہو کر چلو گے، تبھی سپھلتا کی آشا کر سکتے ہو۔ نہیں تو پہلے تو سپھلتا سی دِکھائی دیگی، بعد میں پاپ سے ہِردے ملین ہو کر گراوٹ سی آ جائیگی۔

میلے ہِردے میں ستیہ کا پرکاش (صداقت کی روشنی) کبھی نہیں ہو پاتا۔ جیسے روپیہ روپے کو، مقناطیس، مقناطیس کو، ویسے ہی سچائی سچائی کو کھینچتی ہے۔ اور یتھارتھ بودھ (حقیقت کا انکشاف) بڑھتا جاتا ہے۔

دوسری بات بڑی بھاری دھیان میں رکھنے کی یہ ہے کہ یدی ممکشو (سالک) کا آچرن پاپ مشرت (گناہ آلودہ) رہے گا، سچائی

سے گرا رہے گا۔ تو اُس کو اُس کے کٹمبیوں (رِشتہ داروں) کا شراپ لگے گا اُس سے اُس کو دِکھن پہ دِکھن ہوں گے، رُکاوٹوں پہ رُکاوٹیں ہوں گی اِس بات پہ وِشواس (یقین) کرکے شیگھر (جلدی) سنبھلو۔ تب پھر ترقی شروع ہوگی۔ اِستری تو اپنے لئے راستہ آپ ہی نکال لے گی۔ مُمکشو (سالک) کو من، وچن، کرم سے اپنے سُدھار کی کوشش، دھرم کے سہارے سے کرتے چلے جانا چاہیئے۔

۲۰۔ سنسکار کیسے دِرڑھ ہو؟

مُمکشو (سالک) کے من، وچن، کرم ایک ہونے چاہئیں۔ اِن میں بھید (فرق) ہونا ہی جھوٹ یا کپٹ یا چھل، یا پاپ سمجھنا چاہیئے۔ پھر ایسے آچرن سے من کی ملینتا (کثافت) نہیں جا سکتی۔

برہمچریہ کا برت آجکل کے زمانے میں بہت مشکل ہے۔ پرنتو پُرشارتھ کے آگے سب سُگم (آسان) ہو جاتا ہے۔ یدی پُرشارتھ سچے دل اور نیم انوسار (باقاعدگی کے ساتھ) کیا جاوے۔ اُسے پُورن کرنے کے لئے جو اُپائے کیا جاوے وہ کافی ہونا چاہیئے۔ نہیں تو برسوں میں بھی شاید سپھلتا (کامیابی) نہ ہو۔

اِس کا کارن یہ ہے کہ سنسکاروں کا ناش کیول زبانی جمع خرچ سے نہیں ہوتا۔ جس طرح سنسکاروں کی درڑھتا ہوتی ہے، اُسی طرح سے اُن کا ناش بھی ہوتا ہے۔ انتھات ایک سنکلپ کے دِرڑھ ہونے سے یا ناشک

سنسکار کے درِڑھ (مضبوط) ہونے سے سُنسکاروں کا ناش ہو جاتا ہے
اتنے سے شاید آپ آشیہ (مطلب) کو ٹھیک طور پر نہ سمجھے ہوں
گے ـــــ تم اِستری بھاؤ کو نشٹ کر کے ماتر بھاؤ ستھاپن کرنا چاہتے
ہو۔ اور ایشور سے پرارتھنا کر کے من سے اُسے متّھا بھی ٹیکتے ہو۔ اب میں
پوچھتا ہوں کہ جب تمہاری اِستری تمہارے سامنے آتی ہے، تب تمہارے
دِل میں ماتر بھاؤ آتا ہے یا کہ نہیں ؟ تم اُس کو ماتر بھاؤ سے ماتا کی
طرح مخاطب بھی کرتے ہو یا کہ نہیں ؟ اور اُس کے ساتھ ماتا کا ویوہار
کرتے ہو یا کہ نہیں ؟

یدی تم نہیں کرتے ہو تو اوّل تو تمہارے ہردیہ میں کپٹ رہا جس کو
ایشور ہی جانتا ہے۔ اور وہ تمہیں اِس محوّل، مذاق کا پھل بھی ویسا ہی دیگا
دُوسرے تم اِستری کو دھوکہ میں رکھتے ہو۔ ابھی وہ طرح طرح کی آشائیں
باندھ رہی ہوگی۔ اور کچھ سمے بعد جب، اُس کی آشائیں پوری نہ ہوں گی
تب اُس کو نراشا (مایوسی) کا کیسا دُکھ ہو گا ؟ اور اُس وقت شاید وہ
نہ سنبھل سکے۔ اور اپنے لئے کوئی اچھا راستہ نہ نکال سکے۔ تب اُس کا
جیون یُوں ہی نشٹ ہو جائے گا۔

اِس لئے تم کو بھی اِس انش (ضمن) میں ویسا ہی کرنا چاہیئے جیسا

نوٹ ـــ یہ مضمون صرف مہاتما گاندھی اور سُوامی رام تیرتھ جیسے درِڑھ سنکلپ برہمچریہ
دھارن کرنے والوں کے لئے ہے۔ (سُوامی سیارام ایم - اے)

کہ اِس مارگ والوں نے کیا ہے۔ پرم ہنس رام کرشن جی کی اِستری جب اُن کے پاس آئی، تب اُنہوں نے سب کے سامنے صاف کہدیا کہ جس رام کرشن نے شادی کی تھی، وہ مر گیا ہے۔ اب یہ تم کو ماتا سمجھتا ہے۔ اس پر اُس پتی برتا دیوی نے اپنے من کو ساودھان کر کے اپنے آپ کو پرمارتھ کے مارگ پر لگا دیا۔ اور بہت اچھی تپسوتی اور گیان وان سِدّھ ہوئیں اُس وقت اُس کی عمر چھوٹی ہی تھی۔ اِسی لئے پُرشارتھ کر کے ایسا بن گئی۔

بڑی عُمر میں پُرشارتھ اِتنا نہیں ہو سکتا۔ جوانی میں ہی سب کچھ ہو سکتا ہے۔ یدی وہ سمے یُوں ہی گُذر گیا تو بڑا بھاری گھاٹا رہے گا۔ اِس لئے میں چاہتا ہُوں کہ یدی تمہاری ہمّت پڑے تو رام کرشن جی کی طرح میدان میں آجاؤ۔

یُدھ میں چوٹ لگتی ہے پرنتو شور بیر (بہادر) اُس سے گھبراتے نہیں۔ کایروں کا کام یُدھ کرنا نہیں ہے۔

مہاتما گاندھی کی آتما اِسی طرح سے بلوان ہُوئی تھی کہ پرتیک وِشئے میں اُن کے من، بچن اور کرم (Thoughts, words and deeds) ایک جیسے ہوتے رہے ہیں۔ ایسا نہیں تھا کہ من میں کچھ، مُکھ میں کچھ، اور کرم میں کچھ ـــــ سب کام اپنی ہمّت (ظرف) دیکھ کر ہی کرنے چاہئیں پرنتو اُوپر لکھے اُپائے کے اتیرکت اور کوئی اُپائے نہیں جس کی وجہ سے سنسکار دِرڑھ ہوں۔ خیال کو ویوہار میں لانے سے ہی سنکلپ دِرڑھ

ہوتا ہے۔

یہ بات ابھی تک ٹھیک ٹھیک سمجھ میں نہیں آتی کہ جب شریر بلوان ہو تب تو دِشے نہ دبائیں۔ جب شریر کمزور ہو تو کمزور کرنے والے دِشے دبالیں۔ اور خاص کر جب گھر میں گڑبڑی کی وجہ سے من اشانت ہو، تب ایسا کرنے کو اُدیت (تیار) ہو جائے۔ جو ہو، یدی سنسکار (سموُل) نشٹ نہ ہُوا ہو تو آگے پھر یہی چکّر تیار ہے۔

۵

ہے جان و دل سے بندۂ دُنیا تو
معشوق ہے دُنیا تری اور شیدا تو
اِس طرح سے مائل تجھے دیکھا میں نے
کھو بیٹھا ہے اِس کے شوق میں عقبیٰ تو
دُنیا نے مگر ساتھ دیا ہے کس کا
چھوڑ اِس کا ساتھ، اگر دانا ہے تو
آخر یہ چھوٹنی پڑے گی اِک دن
خود چھوڑ دے اِس میں تجھ کو آسانی ہے

پشو اور منش میں بھید

کھانا پینا، ٹٹی جانا، پیشاب کرنا، سونا، بھجے کرنا، وِشے بھوگنا، بچے پیدا کرنا، اور پالن کرنا، اِتنی باتیں پشو پکھشی، کیڑے مکوڑے، اور منشیوں میں ایک جیسی ہوتی ہیں۔ یدی منش شریر پاکر اِتنا کیا اور بس۔ تو وہ پشوؤں کے برابر رہا۔ اور وہ مر کر ادھوگتی کو پراپت ہوگا۔ پرنتو یدی اُس نے وِچار کیا اور دھرم کو سمجھا۔ اور دُکھ کے کارن کا ناش کیا۔ تھوڑے سے سُکھ کے لئے اپنے آپ کو دُکھ میں نہ ڈالا، اِندریوں کے وِشیوں کی پرواہ نہ کی اُن کو جیت لیا، تو اُس نے دیولوک کو جیت لیا۔ وہ یہاں بھی سُکھی ہوگا۔ اور مرنے پر اُس کی بہت ہی اُتم گتی ہوگی۔

پانچواں باب

ویوہار شُدّھی

(۱) نِشپاپ جیون کے اصُول

۱۔ اہنسا۔ من، بچن، کرم سے کِسی کو دُکھ نہ دینا۔ لیکن اپنی جان مال اور دھرم کی رکشا کے لیے شاستر کے انوسار اگر کِسی کو دُکھ پہونچ جائے تو دوش (بُرائی) نہیں ہے۔ یا دُوسرے کی بھلائی کرنے میں اُس کو یا دُوسرے کو شاستر کے مطابق دُکھ پہونچے، تب بھی دوش (بُرائی) نہیں ہے سنسار اتنا گڑبڑ ہے کہ بِنا اِچھا بھی (بغیر خواہش ہونے پر بھی) دُوسروں کو کچھ نہ کچھ کشٹ (تکلیف) دیئے بغیر کام چل ہی نہیں سکتا۔

یدی تم اہنسک جنتوؤں (درندوں) کو نہ چھیڑو، تو جبتک

تمہارا پربل بھوگ نہ ہوگا، وہ تم کو کشٹ (تکلیف) نہ دیں گے۔
ہنسک جیو (درندے) سوائے اِس کے کہ بھوگ بڑا پربل ہو، بنا چھیڑے کشٹ نہیں دیتے۔ گورُوکلُ میں رہتے ہُوئے ہمارے آسن کے نیچے سانپ رہا کرتے۔ پر نہ ہم نے کبھی اُن کو مارا، نہ اُنہوں نے کبھی ہمیں کاٹا۔ ایسے ہی پہاڑ میں کئی بار سرپ (سانپ) کے درشن ہُوئے۔ اُس کے پاس آنے پر جب ہم نے کچھ نہیں کہا تو وہ بھی چُپ چاپ چلے گئے۔ پھل تو پریم سے کاٹتے ہیں۔ یہاں دویش بھاؤ نہیں ہے۔ کیونکہ جب ہم پھل توڑتے ہیں، تو ہمیں پرکھتی سے کچھ دویش نہیں ہوتا۔ دُکھ کے دُور کرنے والی شے پریم سے توڑی و کاٹی جاتی ہے۔ اِس لئے پرکھتوں کو بھی بِرتھا (فضول) یا نرتھک (بِلا کسی مطلب کے) نہیں چھیڑنا چاہیے۔
(۲) **ستیہ**۔ جیسا دِل میں بھاؤ ہو، ویسا ہی کرنا تتھا کہنا بھاو پرگٹ کرنے میں (خیال ظاہر کرنے میں) سپشٹ شبد (صاف الفاظ) بولنے چاہئیں۔ دُوسرے کو ہانی پہونچانے کے لئے جھُوٹ بولا جائے تو بہت ہی دوش لگتا ہے۔ پرنتو یدی اپنے جان، مال، دھرم کی رکھشا کے لئے جھُوٹ بولا جائے تو تھوڑا یا بہت دوش لگتا ہے۔
(۳) **چوری**۔ کِسی کا حق لینا یا چھپا کر چالاکی سے یا زبردستی لینا چوری کہلاتی ہے۔
(۴) **برہمچریہ**۔ من، بچن، کرم سے پر پُرش یا اِستری (غیر مرد یا عورت) یا کِسی پرُش و اِستری (مرد و عورت) کے سنگ (صحبت) کی

اِچّھا (خواہش) نہ کرنا۔

(۵) **وِشیوں** انتھات رُوپ، رس، گندھ، سپرش، شبد کسی کی اِچّھا (خواہش) نہ کرنا۔

(۶) **بھوجن** دھرم کی کمائی کا ہونا چاہیئے۔ اور رس والا (شریر کے رسوں کو بنانے والا) چکنا، ہردے کو ہتکاری (رُوح افزا) نِروگ (تندرست رکھنے والا۔ آیُو، بَل اور بُدّھی (عُمر، طاقت نیز عقل کو بڑھانے والا ہونا چاہیئے۔ کھٹّا، چٹپٹا، نہیں ہونا چاہیئے۔ جو ہردے میں جلن پیدا کرے۔ وہ بھی نہیں ہونا چاہیئے۔ اور اپوِتر (ناپاک)، دُرگندھت (بدبودار) دیر سے رکھا ہُوا۔ باسی نیز بھاری (دیر ہضم) بھوجن نہیں کرنا چاہیئے۔

(۷) **ویوہار** میں من کو پوتر رکھنا چاہیئے۔ من سرل رہے۔ چھل، کپٹ، ایرشا، دویش، (ریا، حسد اور دُشمنی) سے بچنا چاہیئے۔

(۸) **شریر کی شُدّھی** (جسم کی پاکیزگی) جتنی جس سے ضرورت سمجھی جائے، اُتنی ہونی چاہیئے۔

(۹) **سنتوش**۔ سنساری اُدیوگ (دُنیاوی کاروبار) یا کوئی دھرم کا کام کرلنے پر جتنا یا جیسا نتیجہ ہو، اُس پر سنتوش کرنا چاہیئے

(۱۰) **سمتا**۔ سُکھ دُکھ، رنج و راحت، مان اپمان (عزّت و بے عزّتی)، استُتی نندا (تعریف و ہجو) ہانی لابھ (نقصان و نفع) ہرش شوک (خوشی و رنج) نہیں کرنا چاہیئے۔ بلکہ اُس سے یہ وچار کرنا چاہیئے

کہ یہ میرے پچھلے کرم انوسار جیسا کچھ میرا بھوگ تھا، ویسے ہی میرے سامنے آئے گا۔ دوسرا کیول بھوگ سدّھ ہونے میں سادھن ماتر ہے۔

(۱۱) سوادھیائے - پڑھنے کے لئے کوئی دھرم پُستک (کُتبِ مقدسہ) جس سے بھگتی، دھرم، تتھا ویراگ بڑھے، ہونا چاہیئے۔

(۱۲) نشکام بھاو - دھرم کرم کرتے ہوئے، کسی کا اُپکار کرتے ہوئے، ایشور سے یا سنسار سے بدلے کی اچھّا نہیں کرنی چاہیئے۔ جس طرح وہ ہمارا کلیان کرینگے ویسے وہ آپ ہی کرینگے۔ ہم کو اُن پر پُورن شردھا اور وشواس رکھتے ہوئے، اُن کی رضا میں راضی رہنا چاہیئے۔

(۱۳) پرتگیا پالن - پرتگیا کو توڑنے سے پاپ لگتا ہے اس پاپ کی وجہ سے نہ یہاں شُکھ ہو سکتا ہے، نہ پرلوک میں مل سکتا ہے اور نہ بھجن میں ہی ترقی ہو سکتی ہے۔ اور اُلٹے دُکھ ہی ہوں گے۔ جو پاپ کو نہیں چھوڑتا اور بھجن کرتا ہے۔ اُس کے بھجن کی قدر بھگوان کے دربار میں نہیں ہوتی۔ جو پاپ سے بچتا ہے۔ دھرم پر کھڑا رہتا ہے (ثابت قدم رہتا ہے)، وہی بھگوان کو پیارا ہے۔ پرتگیا (عہد) وہ ہے جو کہ بہتر یہ کہ پہلے سوچ سمجھ کر اقرار کرو۔ پھر پورا کرو۔ جس سے کہ لوگوں کو تمہاری بات پر وشواس (یقین) ہو۔ اور تمہارے من کی شکتی بڑھتی چلی جائے۔

(۱۴) وچار یکت ویوہار - جب کوئی ارادہ کرو تو دیکھ اور وچار کر لو کہ ایسا ہونا چاہیئے یا کہ نہیں، اگر ارادہ نا واجب ہو تو اُس کو بدل دو۔ اُس کام کے لیئے آمادہ نہ ہو۔

(۱۵) دیانت داری ۔ کسی کی امانت میں خیانت کرنا بد دیانتی ہے۔ وقت کا ضائع کرنا، نیز کسی بھی کام کو بے توجگی سے کرنا بُری بات ہے۔ جو بھی کام کرنا ہو، پُوری توجّہ سے کرنا چاہیئے۔ یا جس قدر کر سکو اُتنی ہی زیادہ توجّہ دو اور ذمّہ داری لو

۲۔ کرودھ شمن وِدھی
(غُصّہ کو دُور کرنا)

۱۔ کچھ اُپائے (چند طریق ہائے)

(۱) جن جن مواقع پر دیکھیں کہ کرودھ (غصّہ) پَیدا ہوتا ہے، اُن سے گھبرائیں نہیں۔ بلکہ اُن کو دیکھ کر کرودھ روکنے کے لئے پہلے سے ہی تیار رہیں۔

(۲) جن باتوں سے غُصّہ پَیدا ہوتا ہے، اُن سے لاپرواہ رہیں۔

(۳) اپنی طرف سے سنساری (دُنیاوی) کام کاج کرنے میں کمی نہ رہے۔ پھر بھی اگر کوئی بُرا کہیں تو کمی نہ کریں۔

(۴) آپ جب سب چیزیں چھوڑنے کا خیال کرتے ہیں تو پہلے یہ ابھیاس ہونا چاہیئے۔ کہ دُوسرے کی کہی ہُوئی وہ بات جو کہ ہمارے لئے نقصان دہ ہو، ہمیں بُری نہ لگے۔ اِس سے آپ کا سامرتھیہ (ہمّت حوصلہ)

دھیرے دھیرے آپ ہی پڑ جائے گا۔

(۲) مان تنھا نام کو چھوڑ دو
(عزّت و شہرت کو ترک کرو)

تم تو گرہست چھوڑنے کا خیال کرتے تھے۔ پھر بگڑتے کیوں ہو۔ کیا اُن کی باتوں سے تمہارے کہیں چوٹ لگتی ہے؟ شبد (الفاظ) ہی تو ہیں۔ اگر تم اپنے رشتہ داروں کی باتیں نہیں برداشت کر سکتے، تو پیچھے یدی کوئی غیر تم کو کچھ اپواد (بُرا) کہے گا، تو کیسے برداشت کروگے؟ تم ایشور کو دھنیہ باد دو کہ ایسے شبد (الفاظ) برداشت کرنے کے لئے تم کو گھر میں ہی موقعہ دے دیا ہے۔ یدی تم ابھی سے ابھیاس نہ کروگے تو پھر کب کروگے؟

نام (شہرت) کی اِچھا (خواہش) زبردست ہونے سے پُرش (انسان) ان شبدوں کو (الفاظ کو) برداشت نہیں کر سکتا۔ تم کو نام کی اِچھا (خواہش) سے کام کرنے کی عادت چھوڑنی چاہیئے۔ جہاں تک ہو سکے اپنا کرتویہ (فرض — Duty) بجاتے جاؤ۔ تم کو حکومت کی اِچھا (خواہش) ہے۔ اِس لئے اِستری (بیوی) کی تیزی پر روش (غصّہ) آتا ہے۔ تم اُس کو سمجھا دو اور بس۔

پرتیک پرانی (ہر انسان) اپنی مرضی۔ رضا پر سوتنترتا (آزادی) رکھتا ہے۔ اِس سے غصّہ نہیں کرنا چاہیئے۔

یدی کوئی واچک آدمی (زبانی) سزا دینا ہو تو شانت ہوکر

بناوٹی غصّہ دِکھلا کر دو۔ اصلی غصّہ نہیں ہونا چاہیئے۔ یدی تم پورن شانتی دھارن کروگے تو تمہارے سنگ (ساتھ) سے اُس کو بھی کچھ شانتی آپ ہی آجائے گی۔ جیسے جل کے سنگ سے کمل ٹھنڈا ہو جاتا ہے۔ اِس میں ایک پنتھ دو کاج ہوں گے۔

تم کو تو ادیشیہ اپنے لکش (نصب العین) پر رہنا چاہیئے۔ دوسروں کو جیسا سمجھ میں آئے گا، ویسا کریں گے۔

(۳) سادھنی سے یدھ کرو۔

جھوٹی کلپناؤں (تصوّرات) سے لابھ (فائدہ) نہیں ہو سکتا کیول کلپنا (صرف تصور) کر لینے سے کرودھ (غصّہ) آدی شترو (دُشمن) نہیں جا سکتے۔ ہر وقت اُن سے پیدا ہوئے دوشوں (نقائص) کو دھیان میں رکھنا چاہیئے۔ اور ویوہار (عمل) میں جب کرودھ آدی کی برتی (غصّہ وغیرہ کی حالت) اُدے (پیدا) ہو جائے، تب اُس کے آدھین (تحت) ہو کر نہ چلے، بلکہ من کو ٹھکار کر اور ایشور سے پرارتھنا کر کے فوراً ہی اُس برتی (حالت) کو نشٹ (ختم) کر دینا چاہیئے۔ پیچھے جب چت (دل) ٹھیک ہو جائے تب دل کے مطابق عمل کریں۔ شترو (دُشمن) کے ورُدھ (خلاف) چلنا پڑتا ہے نہ کہ اُس کے ادھین (ماتحت) ہو کر۔

(۴) کرودھ کا دنڈ

کرودھ (غصّہ) آئے تو بولو ہی نہیں۔ بس اتنی سزا کافی ہے

کہ کرودھ (غصّہ) کے من میں رہنے سے خود جلتا رہے۔ جب شانت ہو جائے تو پھر اپنی مُورکھتا پر وِچار کرے۔

(۵) نمرتا دھارن کرو۔ (حلیمی اختیار کرو)

معلُوم ہوتا ہے کہ ابھی تیرے دِل میں اِتنی نمرتا (حلیمی) نہیں آئی کہ تیرے برتاؤ (سلُوک) یا وارتالاپ (گفتگو) سے دُوسرے کو کرودھ (غصّہ) نہ آئے۔ تجھے نمرتا (حلیمی) اور پریم (محبّت) کا برتاؤ رکھنا چاہیئے۔ یہ ابھیمان (غرُور) نہ آئے کہ تُو بڑا اور دُوسرا چھوٹا ہے سماتا پِتا کو بھی چاہیئے کہ نمرتا (حلیمی) اور پیار سے بچّوں کو سمجھائیں۔ اِس سے بچّے بھی کبھی غصّہ نہیں کریں گے۔

جو سویم (خود) ہمّت کرتے ہیں، پرماتما اُن کو آپ ہی سہائتا (مدد) دیتا ہے۔ دُوسروں کو اُن کی بات کا جواب دیتے وقت اِتنا خیال ضرُور رکھنا چاہیئے کہ کرودھ (غصّہ) نہ آئے۔ دُوسرے جو کچھ بھی بُرا بھلا کہیں، شانتی سے سُن لو اور نمرتا پُورک (حلیمی کے ساتھ) اُچت (مُناسب) جواب دیکر چُپ چاپ اُن کی باتیں سُنتے رہو۔ ندی کا ویگ (تیزی) برسات میں تھوڑے دِنوں تک رہتا ہے۔ اِسی طرح لوگوں کا شریر (جسم) تھوڑے دِن رہ کر شانت ہو جائے گا۔ پھر سادھارن سی بات ہو جائے گی۔

(۳) لوبھ (لالچ)

جب تک منش (انسان) یہ سمجھتا ہے کہ مجھے منسا سے لابھ (فایدہ) ہے، تب تک لوبھ (لالچ) ہے۔ اگر میرے لئے آٹھ ہزار روپے کافی ہیں۔ اور میں ایک کروڑ جمع کرنے کا یتن (سعی) کرتا ہوں، تو یہ لوبھ (لالچ) ہے جب ضرورت نہیں تو آگے کی اچھا (خواہش) کرنا لوبھ پرتیت ہوتا ہے۔ (لالچ معلوم ہوتا ہے)

جان بوجھ کر ضرورتیں کھڑی کریں تو ان کا کوئی انت (حد) ہی نہیں سونے کے گہنے ہوں والا مکان ہو اور سونے کے ہی برتن ہوں تو فایدہ تو تھوڑا ہے لیکن نام شہرت زیادہ ہے۔ ضرورتیں پشوؤں (جانوروں) سے زیادہ نہیں ہونی چاہئیں۔ جتنا کچھ کر تویہ پالن (فرائض کی ادائگی) کے لئے آوشیک (ضروری) ہے، وہی ٹھیک ہے۔ کیول ننانوے کے پھیر میں پڑنا لوبھ (لالچ) ہے۔ دکھ کا مول ہے۔ بندھن کا کارن ہے۔ اور جہا مورکھتا (بڑی بھاری جہالت) ہے۔

کمانے ہوئے چت کو دھن دیبھو سے رچا دینا چاہیئے۔ یہ وچار بھی کرنا چاہیئے کہ ادھک روپے سے کتنا لابھ (فایدہ) ہے اور کتنی ہانی (نقصان)؟ جو لوگ گھر سے بھوکے نکلتے ہیں۔ وہ پیچھے جایداد بنانے کا لوبھ میں پڑ کر منڈ دھاری بن کر گر جاتے ہیں۔ اور روپیہ بٹورنے کی فکر میں پڑ کر گرہستیوں کی شردھا (عقیدت) کا ناجایز فایدہ اٹھاتے ہیں۔ اور پاپ کے بھاگی بنتے ہیں۔

۴۔ دھنی جگیا سو کو اپدیش

دھن سمپتی کو دھرم کاریہ میں لگا دو۔ اِس جھنجھٹ سے چھٹکارہ پراپت کر لو۔ ٹھاٹھ باٹھ چھوڑ کر سادہ جیون بناؤ۔ تپومئے جیون ہونا چاہیئے۔ تیرتھ یاترا کرو۔ کھان پان کیں سادہ نیز سنیم (ضابطہ) سے ہونا چاہیئے یم نیم کا پالن بڑا آدشیک ہے۔ سوتنتر۔ رہنے کا ابھیاس کرو۔ نوکروں سے زیادہ کام نہ لیا کرو۔ وچار کو دھارن کر کام یا من کا مردن کرو۔

(۵) منونگرہ

من میں دھیان شکتی کو بڑھانا چاہیئے۔ دھیان ہی سے سب باتیں پورن کر سکتے ہیں۔ بھگت لوگ دھیان میں بھگوان کی گود میں کھیلتے ہیں۔ اِدھر اُدھر بنا ضرورت کے نہ جاؤ۔ بنا ضرورت نہ دیکھو، نہ ہنسو۔ اپنے گھر میں بیٹھے رہو۔ کسی نہ کسی کام میں لگے رہو۔ کوئی کام نہ ہو تو چرخہ ہی کاتو۔ پرنتو بنا پریوجن (مطلب) اِدھر اُدھر مارے مارے پھرنے سے من چنچل رہتا ہے اور دکھ دیتا ہے۔ کتھا پارنا سننے بھی تب جاؤ جب نام کتھا نہ کر سکو۔ کتھا اپنے من کو سناؤ۔ اور اس اپدیش کرو۔ جیسی حالت میں پربھو رکھیں، ویسی حالت میں سنتوش کے ساتھ نرباہ کرنا سیکھو شکایت نہ کرو۔ شکایت کرنے سے من کمزور ہو جاتا ہے۔ اس حالت میں دھیر یہ کے ساتھ نرباہ کر لینے کا یتن (سعی) کرتے رہو، تو من آپ ہی ٹھیک ہو جائیگا۔

(۶) وچار کو مت تیاگو

ہمیشہ نمرتا پورک (حلیمی کے ساتھ) بات کرنا چاہیئے۔ مریادا سے باہر نہ ہونا چاہیئے۔ کلام ہٹھ (ضد) بھی نہ کرنا چاہیئے۔ کیونکہ کبھی کبھی

بہت ہٹھ (ضد) کرنے سے کام بگڑ جاتا ہے۔ اِس لئے موقعہ دیکھ کر کام کرنا چاہیئے۔ مَن کو ہمیشہ لکش (مقصد) پر رکھو۔ اوپر سے ویوہار لوک کُل کے انوسار کرتے رہو۔

(۷) ویوہار کو پوتر کرو

سنتوں کے درشن کرنا اچھا ہے۔ اور اُن کے اُپدیشوں پر عمل کرنا چاہیئے۔ کیول بھجن سے کچھ نہیں ہو گا۔ جیسے کہ بنا انوپان (بدرقہ) کے ادشدھی (دوا) کچھ گن فایدہ نہیں کرتی۔ اِسی طرح بھجن کا حال ہے ویوہار میں من کو ہر سمے ایسا ہی رکھنا چاہیئے، جیسا کہ سنتوں نے بھجن کرنے والوں کو کہا ہُوا ہے۔ اور سویم (خود) وہ اپنے مَن کو کیسا رکھتے ہیں ویسے رکھنا چاہیئے۔

ویوہار میں رہتے ہُوئے پُرش کو بہت کچھ کرنا ہے۔ یدی اُس کے بُدھی ہو اور ہمت کرکے پُرشارتھ پر ڈٹا رہے۔ آپ کو نرنتر (لگاتار) کوشش کرتے رہنا چاہیئے کہ آپ کا من وِشیوں سے ہٹ جاوے۔ پرتھم اندریوں کو باہر کے وِشیوں سے وِرکت کرنا چاہیئے۔ کرتویہ کرم کرتے ہُوئے اِن سے بے پرواہ رہے۔ کوئی کاریہ نام مان و بڑائی کے خیال سے نہ کرنا چاہیئے۔ بلکہ کرتویہ سمجھ کر ہی کرے۔ یدی آپ اِس بات پر دھیان نہیں دیں گے، تو آپ کو پیچھے پچھتانا ہو گا۔

اِتنا تو ضرور کریں کہ آنکھ کو نیتر کے رُوپ (آنکھ کو خوبصورتی) رسنا کو سواد (زبان کو ذائقہ) اور توچا کو سپرش (جلد کو لمس)

کی پرواہ نہ رہے۔ اربھات کسی وِشیش رُوپ (خاص صُورت) اور سُواد (ذائقہ) میں یا سپرش (لمس) میں آسکتی (رغبت) نہ رہے۔ پھر دیکھیئے کہ کیا نتیجہ نکلتا ہے۔

(۸) گُن گراہک وِرتی

سَب مہاتماؤں سے سمبندھ (تعلق) رکھّو۔ سَب کی یتھاشکتی۔ (حتیٰ المقدُور) سیوا (خدمت) کرو۔ بڑے بھاگیہ سے سنت سے میل ہوتا ہے۔ جب جب موقعہ ملے، اچھے سَنتوں کا سَت سَنگ کرنا چاہیئے یَدی تمھارے چِتّ میں اُن کے پاس جانے کا اُتساہ نہ ہو۔ اور تم سمجھتے ہو کہ کسی سنت کے پاس جانے سے کچھ ہانی (نُقصان) پہنچنے کا اندیشہ ہے تب سَنت میں کچھ کمی ہوگی۔ ایسے سَنت کے پاس نہیں جانا چاہیئے۔

شہد کی مکھّی کی طرح ہونا چاہیئے۔ جو کہ پھُولوں سے مٹھاس حاصل کرکے اپنے چھتّے میں رکھ کر اُسے سیون (استعمال) کرتی ہے۔

ایسے پُرش آپکو بہت کم ملیں گے، جن کا خیال، کتھن اور کرم (قول و فعل) ایک جیسا ہو۔ اِس لئے آپ کو گُن لے لینا چاہیئے۔ اُن کے دُوشنوں (نقائص) کی پرواہ نہ کیجیئے۔

کتّرنَ پَن اچّھا نہیں۔ دُوسروں کے دوشوں (عیُوب) کو نکالتے ہو مگر اپنے چھِدروں (چھیدوں) کو نہیں دیکھتے۔ سبھی مَت گُن دوش یُکت (اچّھائیوں، بُرائیوں والے) ہیں۔ یَدی جیون کے کلیان کی اِچھا ہے، تو کھنڈن منڈن چھوڑ کر اپنے میں سد گُن (اوصافِ حمیدہ) لانے کا

جتن کرنا چاہیے۔ لوگ تمہارے شدھ آچرن (پاکیزہ اخلاق) کو دیکھ کر خود بخود تمہارے پتھ (راہ) پر آجائیں گے۔ کیول دوسروں کے دوش (عیوب) دکھلانے سے لوگ تمہارے راستے پر نہیں چلیں گے۔

(۹) ست سنگ

یدی کسی جگہ کا سنگ انوکول نہ ہو اور آرتھک لابھ (مالی نفع) ہو۔ دنیا لوبھ میں پھنس کر کسنگ کی پرواہ نہیں کرتی۔ اِس لیے دھنی (امیر) ہوتے ہوئے بھی نرناتھ ہیں۔ جیون سکھ سے ویتیت (بسر) کرتے ہیں اور نہ پرلوک ہی آشا کر سکتے ہیں۔

کسنگ سے بچنا چاہیے۔ چاہے سنسکرت پڑھ سکو یا نہ۔ سنسکرت نہ پڑھنے سے اتنی ہانی (نقصان) نہیں پہونچ سکتی، جتنی کہ کسی ہم خیال نہ ہونے والے کی صحبت سے نہیں تو پیچھے بہت پچھتانا پڑتا ہے۔

بھیس (دکھاوے) سادھو تو بہت ہیں پرنتو دل کے سادھو بہت کم ملتے ہیں۔ جو اصل سادھو ہیں اُن کے درشن کرنے سے دل پرسن ہوتا ہے اور جن کو ست سنگ کی لگن ہے، اُن کا ہردے بار بار مہاتماؤں کے ملنے سے اُتساہِت ہوتا ہے۔ یدی ایکبار کسی کے درشن کرنے پر پھر دوبارہ جانے کا من میں اُتساہ نہ ہو، تو سمجھنا چاہیے کہ وہاں جانا لابھ دایک نہ ہوگا۔ ایسی جگہ کا جانا کسنگ کا پھل دینے والا ہوتا ہے۔ یدی اچھا سنگ نہ ملے، تو گھر میں بیٹھے رہنا ہی ٹھیک ہے۔

بنا ست سنگ کے بھگتی ہونا اسمبھو (ناممکن) ہے۔ سنساری لوگو

کی سنگتی کُسنگ ہے۔ جب تیرا چت سنساری جھگڑوں میں پھنسا ہے، تب بھجن میں کیسے لگ سکتا ہے؟ وہ تو ہر سمے اُنھیں سنساری باتوں کا چنتن (خیال) کریگا۔ جن میں کشش ہے۔ یدی تیرا رہنا ہر سمے اِنہی منشیوں کے بیچ میں رہے جو سوائے پربھو کی بھگتی کے اور کچھ سنساری دُھندوں کا چنتن (خیال) نہیں کرتے، تب تو دیکھ کہ تیرا چت کتنی جلدی پلٹا کھاتا ہے۔ پرنتو ایسا کرے کون؟ چت میں تیبر اِچھا (زبردست خواہش) تو ہے ہی نہیں۔ دُوسرے کے کہنے سے کبھی دیکھا دیکھی ہوگئی تو وہ کام نہیں دے سکتی۔ نتیہ پرتی اچھے منشیوں کی سنگتی کرتے رہو۔ جو وستو آرام سے ملتی ہے اُس کا سواد تتھا پربھاؤ دِلکش ہوتا ہے۔ اِس سے پریشرم کرکے بھی ست سنگ پراپت کرنا چاہیئے۔ اور من کو سنسار کی اسارتا تتھا سنسار میں آسکت رہنے سے دُکھ ہونا دکھلاتے رہنا چاہیئے۔

ست سنگ سے چیتاونی آتی ہے۔ اپنے آپ نہیں آتی۔ اِس لئے کسی اچھے آدمی کی ست سنگتی کرتے رہنا چاہیئے۔ کسی کے کہنے کی ریتی ایسی ہوتی ہے جس سے کہ دل میں بات جچ جاتی ہے۔ کوئی موقعہ ایسا ہوتا ہے کہ کہنے سے چیتاونی آجاتی ہے۔ اِس لئے ست سنگ کی بڑی مہما ہے۔

۱۰۔ پتی برتا استری دھرم

راجہ دھرت راشٹر اندھے تھے۔ اِس لئے وہ نیتروں کا سُکھ نہیں

لے سکتے تھے - اُن کی اِستری گاندھاری سچّی پتی برتا تھی - اِس لئے اُس نے نیتروں کا سُکھ لینا چھوڑ دیا تھا - بھگوان بُدھ کی اِستری نے جب دیکھا کہ اُس کے پتی نے پلنگ پر سونا، نمک، کھٹائی، مِٹھائی آدی سُوادِشٹ پدارتھوں کو چھوڑ دیا ہے، تب اُس نے بھی ایسا ہی کیا - اِس سے اُس کا پتی جنم بھر تک اُس سے پرسنّ رہا - راج پاٹ چھوڑ دیا - مگر اُس سے پریم نہیں چھوڑا -

جو سچّی پتی برتا ہوتی ہیں، وہ اُس سُکھ کو گرہن نہیں کرتیں جس کو پتی گرہن نہیں کرتا اور اُس کے ساتھ ساتھ اپنا بھی سُدھار کرتی جاتی ہیں لیکن جو دِکھلاوے کی پتی برتا ہوتی ہیں، وہ من مانی کرتی ہیں - بلکہ پتی کے کلیان کے راستے میں وِگھن رُوپ سے (رُوکاوٹ بنکر) کھڑی ہو جاتی ہیں اِس سے وہ اِس جنم کو گنواتی ہیں اور پرلوک بھی بگاڑ لیتی ہیں - یہاں بھی اُن کا پتن ہوتا ہے اور دُکھی رہتی ہیں - مرنے پر بہت اُتّم گتی کو پراپت کرتی ہیں -

منُش شریر بڑی مشکل سے مِلتا ہے - پھر مِلکر بھی اچھّا ست سنگ بہت دُرلبھ ہے - اُس کے دھنیہ بھاگیہ ہیں کہ جس کو ایسے سجّن دھرماتما پتی مِلے ہوں کہ جن کے مانند کوئی ہزاروں سادھوؤں میں سے بدلا ہو گا - یدی اُس نے اُن کے ست سنگ سے اپنے جنم کو نہ سُدھارا تو پچھتانا پڑیگا اور پھر کچھ نہیں ہو سکے گا - پتی برتا کے لئے کلیان کا مارگ کھُلا ہے - یدی تم سریشٹھ پتی کے پیچھے چل پڑو -

تمہارا سوبھاؤ ایسا ہونا چاہیئے جو لوگوں کو پرسّن کرنے والا ہو۔ ایسا نہ ہو کہ تم دُوسروں کو دیکھ کر جلو اور آپس میں لڑو۔ تمہارا اچّھا سوبھاؤ ہوگا۔ تبھی تمہارا کلیان ہوگا۔ اور تمہارے بال بچوّں اور مِلنے والوں پر اچّھا اثر پڑے گا کیول بھجن سیکھ لینے سے ہی کلیان نہیں ہوگا۔ پہلے پاپ (گُناہ) سے گھِرنا۔ (نفرت) ہونی چاہیئے۔ جو پاپ کو نہیں چھوڑتا، اور بھجن کرتا ہے، اُس کے بھجن کی قدر بھگوان کے دربار میں نہیں ہوتی۔ جو پاپ سے بچتا ہے، دھرم پر کھڑا رہتا ہے (ثابت قدم رہتا ہے)، وہی بھگوان کو پیارا ہے۔

۱۱۔ اِستری اپیوگی اپدیش

یدی تمہاری مانسک شکتی نہ بڑھی اور من کی پوِترتا (پاکیزگی) نہ ہوئی، بھجن کرنے والوں کو تھوڑی سی ترُٹی (خامی) بھی بہت سمجھنی چاہیئے۔ تم لوگوں کے سوبھاؤ تتھا آچرن میں یدی اپنے اِستریوں کی اپیکشا (نسبت) وِشیشتا (خوبی) نہ پائی گئی تو کیا بنا؟ اپنے چرتر کو دھارمِک رکھتے ہوئے اور پاپ سے بچتے ہوئے یدی تمہارے اور دوسروں کے بچن برداشت کرنے کی شکتی نہ پیدا ہوئی تو کیا بنا؟ جس کا ہردے دھرم سے بھرا ہوا نہیں ہے اور پاپ سے جس کو گھِرنا (نفرت) نہیں ہے۔ اور سہن شکتی (قوّت برداشت) نہیں ہے، تب اُس کو برت اور بھجن سے کیا لابھ (فایدہ) ہوا؟ اُس کو نہ یہاں سُکھ مِل سکتا ہے، نہ پرلوک میں سُکھ مِلے گا۔ یدی کشٹ سہارنے کے لیئے (تکلیف برداشت کرنے کے لیئے) تمہارا

من سب پرکار سے نیارا رہے، تب شریر تتھا من کو ٹھیک رکھو۔ اور سہن شکتی (قوتِ برداشت) کو دِرڑھ کرو۔ (مضبوط کرو) ۔زمانہ دیکھ کر ویوہار ٹھیک رکھنا چاہیئے۔ سہن شیلتا (قوتِ برداشت) بڑی چیز ہے۔

۱۲۔ ویوہار میں سادھن

ویوہار میں ہی اپنے من کی چالوں کا ٹھیک ٹھیک پتہ لگتا ہے جب تم کسی کو اپنی سیوا کا ادھیکاری (خدمت کا حقدار) سمجھتے ہو، تو اوشیہ سہائتا (امداد) دینی چاہیئے۔ بنا دکھ اٹھائے کوئی کاریہ نہیں ہوسکتا۔ اور نہ ہی کسی کو سکھ پہونچ سکتا ہے۔ دیکھو! میں بھی اپنے شاریرک کشٹ (جسمانی تکلیف) اور مان، اپمان (عزت بےعزتی) کا وِچار نہ کر کے اُس کی سہائتا (امداد) کرتا رہتا ہوں جس کو کہ میں ادھیکاری (مستحق) سمجھتا ہوں۔ ویوہار ہی سے اپنے اصل جیون کا پتہ چلتا ہے۔ گیانی تو سنسار کو ناٹک سمجھ کر سکھ دکھ کی پرواہ کیے بنا نشکام بھاؤ سے کرتویہ کرم کا پالن کرتا رہتا ہے۔ لہذا سیوا کے یوگیہ منشیوں کی یا دکھی انسانوں کی ضرور امداد کرنی چاہیئے۔

۱۳۔ دشٹوں کی نندا میں بھلائی ہے

(۱) جو دشٹ لوگ ہیں، وہ اپنے سوبھاؤ کو نہیں چھوڑ سکتے۔ کیونکہ اُن کو اسی میں سکھ پرتیت ہوتا ہے (محسوس ہوتا ہے) چاہے بعد میں اُن کو

اُس کا بُرا پھل بھوگنا پڑے ۔ پرنتو پچھے (؟) وہ پرواہ نہیں کرتے ۔ وہ تو ابھی جس سے سُکھ ملے، وہی کرتے ہیں ۔ پرنتو جو ایشور بھگت ہیں وہ اُن کی دُشٹتا کا بُرا نہیں مانتے ۔ کیونکہ کہا ہے ۔

کھل پری ہاس مور بہت بھائی

گوسوامی تُلسی داس جی کہتے ہیں ۔۔۔ دُشٹوں کے نندا کرنے سے اور میری بُرائی کرنے سے میرا بھلا ہے ۔ اِس لئے اُنہوں نے رامائن کی رچنا کرتے ہوئے دُشٹوں کو بھی پرنام ہی کیا ہے ۔

(۲) نِندا کرنے والا تو دھنیاد (شکریہ) کے لائق ہے ۔ اُس سے کہنا چاہیئے ۔۔۔ "بھائی! تم نے میرا کچھ بگاڑا تو نہیں بلکہ اُپکار ہی کیا ہے ۔ اپنا اوگن (نقص) اپنے آپ کو دکھائی نہیں پڑتا ۔ تم نے ساودھان کر دیا ہے کہ یہ دُوشن (خرابی) کبھی نہ آنے پائے ۔"

نِندا سے گھبرانا نہیں چاہیئے ۔ یدی ہم میں دوش (نقص) ہے تو اُس نے ہمیں سُوچنا دے کر (مُطلع کر کے) کرتارتھ کیا ہے ۔ نہیں، ہے تو آگے کے لئے چیتاونی دے دی ہے ۔۔۔ "جن کی رہی بھاونا جیسی، پربھو مُورت دیکھی تِن تیسی ۔" ہر ایک کا درشٹی کون الگ ہی ہوتا ہے ۔ پھر بات کیسے بن سکتی ہے ۔ ایک مت کیسے ہو سکتا ہے ؟

(۳) بدنام ہوتے رہنا میں اچھا سمجھتا ہُوں ۔ اِس سے موہ نہیں بڑھتا ۔ نتھا ویراگ کی پُشٹی ہوتی رہتی ہے ۔ تم کو خوب یاد رکھنا چاہیئے کہ سنگ سے لوگ کچھ نہ کچھ کرتے ہی ہیں ۔ کسی کا مُنہ بند تھوڑا ہی کیا جا سکتا

ہے ۔ اب بتاؤ کہ کس کس بات کا کھنڈن کرتے رہیں ؟ اِس لیئے یہی ٹھیک پرتیت (معلوم) ہوتا ہے کہ جیسی سمتھی میں پربھو رکھیں ، اُسی میں رہنے کی کوشش ہونی چاہیئے ۔ اپنے اندر تو کوئی شکتی نظر نہیں آتی ۔ پھر دُوسرے کے ہانی لابھ کی ذمہ داری کیسے لی جا سکتی ہے ؟

ہر چہ بارا بار ماکشتی در آب انداختیم ۔۔۔ جو ہونا ہو ہوتا ہے ہم نے اپنی ناؤ پانی میں ڈال دی ہے ۔ تمہارے اندر شکتی (طاقت) نہ ہو تو نہ سُنو ۔ یا جیسے تمہارے چِت میں آئے ، ویسے کرو ۔ میرے چِت میں تو بار بار ایسا ہی آتا ہے کہ تو مجھے شبھ کے منڈن میں کوئی لابھ پرتیت ہوتا ہے (نفع معلوم ہوتا ہے) اور اپواد کے کھنڈن میں ہی کچھ دکھائی دیتا ہے بلکہ یہ ایک لیے جا چنتا (فکر) پرتیت (محسوس) ہوتی ہے ۔ مجھے تو کنارہ کشی میں ہی شانتی پرتیت ہوتی ہے ۔

یہ تو میں جانتا تھا کہ میرے ساتھ سمبندھ ہونے کے کارن تم کو بھی باتیں سُنکر دُکھ ہوتا ہے ۔ پرنتو ویسے تم کسی کو بُرا کہتے نہیں ۔ پھر ایسا دُکھ درشن تم کو کیوں ہوتا تھا ؟ اِس لیئے میں نے سوچا تھا کہ تمہاری بھی کشما شکتی (معاف کرنے کی طاقت) کچھ میرے ساتھ بڑھتی جائے گی ۔ کچھ میرے ساتھ لے حیائی بھی آجائے گی ۔ ایشور جو کچھ کرتے ہیں ، اچھا ہی کرتے ہیں ۔

۱۴ ۔ مان ۔ نام عزت ، شہرت

اپنے مُنہ سے اپنی اُستُتی (تعریف) کرنا مہھ ہے۔ جب کوئی آپکی تعریف کرے، تب آپ اُس میں نہ پھنسیں۔ اپنی کمزوریوں کا خیال کریں، کہ ابھی تو یہ بات کچھ بھی نہیں ہے۔ بہت سی کمی ہے۔ جو اُن کو معلوم نہیں۔ بلکہ تعریف کرنے والے سے کہدیں کہ بھائی! میں اِس تعریف کے قابل نہیں ہُوں۔ اپنی کمزوریوں کو میں ہی جانتا ہُوں۔

جو دھرم پر چلیں گے تو کلیان ہوگا، جو نام (شہرت) کے لئے مر گئے تو کچھ نہیں بنے گا۔ جہلاً نام کے لئے مرتے ہیں، لیکن سجّن لوگ دھرم پر چلتے ہیں۔

نام کی اِچّھا مہا دُکھدائی ہے۔ جب کوئی تعریف کرے تو اُس میں مست نہ ہو جاؤ۔ بلکہ سچیت (ہوشیار) ہو کر یہ سوچو کہ وہ اپنا کوئی مطلب نکالنے کے لئے تو ایسا نہیں کر رہا۔ موہ میں پڑ کر اپنا کشٹ (تکلیف) بڑھانا کوئی بُدھیمتّا (عقلمندی) نہیں ہے۔

۱۵۔ ماتا پتا کے پرتی مُمکشو کا کرتویہ
والدین سے متعلق سالک کا فرض

تمہاری نیت ماتا پتا کو دُکھ دینے کی نہیں ہونی چاہیئے۔ یدی پھر بھی وہ آپ سے آپ دُکھی ہوتے ہیں تو یہ اُن کا بھوگ ہے۔ ہاں یدی تم کُکرم (بُری عادتوں) میں پھنسے ہوتے تو سارے پاپ کے بھاگی تم ہی ہوتے۔ تم

پُنیہ کاریہ میں لگتے ہو تو تمہارا آچرن شاستر کے انوکُول (مُطابق) ہونے سے یدی وہ دُکھی ہوں تو اِس میں تم نِردوش (بے قصُور) ہو۔

یدی تم ماتا پِتا سے وِشے ترِپتی (جِنسی تسکین) کے لئے الگ ہوئے ہوتے تو پاپ (گُناہ) تھا۔ پرنتو جب تمہارا لکش (مقصد) ایشور کا بھجن ہے تو جو بھی اُس میں رُکاوٹ ڈالتے ہیں، وہ تمہارے اصلی دُشمن ہیں۔ اُن کا تجنا (چھوڑنا) پاپ نہیں ہے۔ جیسا کہ گوسُوامی تُلسی داس جی نے بھی کہا ہے۔

جا کے پریہ نہ رام ویدیہی
سو چھانڈیئے کوٹی بیری سم، یدپی پرم سنیہی
تجیو پِتا پرہلاد، وِبھیشن بندھو، بھرت مہتاری
بلی گورُو تجیو، کنت برج بنتن، بھیئے مُد منگل کاری
ناطے نیہہ رام کے مانیت سُہرد سو سیویہ جہاں توں
انجن کہاں آنکھیں جیہی پھُوٹے، بہُتک کہوں کہاں توں
"تُلسی" سو سب بھانتی پرم ہِت پُوجیہ پران تے پیارو
جا سو ہوئے سنیہہ رام پد، ایتو متو ہمارو!

۱۶۔ وِدّیارتھیوں کو اُپدیش
ہدایت نامہ طلبا

خرچ بھی کم کرنا چاہیئے۔ تمہارے اَدِھک خرچ کے کارن تمہارے پِتا

چھل کپٹ کر کے ادھک روپیہ کمانے کی چنتا (فکر) میں رہتے ہیں۔ اس پاپ سے تم بھی بھاگی ہو۔ سادگی سے زندگی بسر کرنے میں بہت فائدے ہیں۔

بہت میٹھا اور چٹپٹا بھی نہیں کھانا چاہیئے۔ اوٹ پٹانگ کھانے سے من بدھی پر برا اثر پڑتا ہے۔ بدھی ملین ہونے سے چت بگڑ جاتا ہے۔ پھر برے سنسکار دبا لیتے ہیں۔ اس لئے ساتوک الھوا نمیت آہار (متوازن غذا) دینا بہت ضروری ہے۔

ماتا پتا سے لڑائی جھگڑا کرنا انوچت ہے۔ ماتا پتا کی سیوا کرنا ہی اتم ہے۔ یہ تو سنتان کا دھرم ہے۔ اس سے ان کا آشیرباد ملتا ہے۔ جوڑا کلیان کارک ہے۔ بیدک وواہ میں رچی (دلچسپی) نہ ہو تو بندھن میں نہ پڑنا چاہیئے۔ سب پرکار کے وگھنوں (رکاوٹوں) کو برداشت کرتے ہوئے ماتا پتا کے آگے اپنا نشچے (فیصلہ) اچھی طرح ظاہر کر دینا چاہیئے۔ جیسے بھی بن پڑے، انہیں سمجھا دینا چاہیئے۔ یدی درڑھ (ثابت قدم) رہو گے تو وہ بھی جان جائیں گے اور بہت آگرہ (اصرار) نہیں کرینگے۔

۱۸۔ گرہستیوں کو اپدیش
ہدایت نامہ گرہستیان

بیدک استری پڑھی لکھی نہ ہو تو اسے ہندی بھاشا پڑھانا چاہیئے جس

سے کہ وہ دھرم گرنتھوں کا پاٹھ (کتب مقدسہ کا مطالعہ) کر سکے۔

۲۔ استری سے کہو "میں تم سے بہت پرسن رہوں گا، جب تم ہر پرکار سے ساس سسر کی تن من سے سیوا کرو گی"۔

۳۔ وِشے بھوگ (جنسی ملاپ) میں بہت نہیں پھنسنا چاہیئے۔ برہمچریہ (ضبط نفس) سے نیموں، اُپ نیموں (اصولوں) کا پالن کرتے رہنا چاہیئے۔

۴۔ فصل کے سمے کسان اناج جمع کر لیتا ہے۔ جب کماتے ہو تو رہنے کے لئے کٹیا بھی بنا لو اور کچھ روپیہ بھی جمع کر لو۔ تاکہ جیون نِروِگھن سماپت ہو جائے۔

۱۸۔ پتا پُتر سمبندھ

جب بچہ چھوٹا ہوتا ہے تب ماتا پتا کا ادھیکار (حق) ہے کہ اس پر بھی کم کے بھی جیسا وہ سمجھتے ہیں ویسا چلانے کی کوشش کریں۔ مگر جب وہ بالغ ہو جاتا ہے تب یہ اُمید کی جاتی ہے کہ وہ نفع نقصان کو سمجھ سکتا ہے۔ اس لئے اُس بچے کے ساتھ متر بھاؤ سے (دوستانہ) برتاؤ کرے۔ اُس کو اُچیت اُپدیش کر کے اُس پر عمل کرنا اُس کی مرضی پر چھوڑ دے۔ کیونکہ ممکن ہے کہ ماتا پتا کی رُچی (دلچسپی) کسی خاص کام میں ہو۔ اور بچے کی رُچی اُس کام میں نہ ہو۔ بلکہ کسی اور کام میں ہو، تو جس کام میں اُس کی رُچی (دلچسپی) نہ ہو، اُس کام کے لئے اگر اُسے مجبور کیا جائے گا تو وہ اُسے بے من سے (بے دلی سے)

کرے گا تو مُمکن ہے کہ ایسی حالت میں اُسے کامیابی حاصل نہ ہو۔ جس کام میں اُس کی رُچی (دلچسپی) ہے اُس کو وہ تندہی سے کریگا۔ اِس لیے اُس میں اُس کے اچھی ترقّی کرنے کی اُمّید ہو سکتی ہے۔ اِس لیے بہتر ہے یہ کہنا ہی ٹھیک ہوگا کہ وہ گھر کی پرورش کا بھار اپنے اُوپر لے کر تم کو سُبکدوش کر دے۔ مگر یہ کہنا کہ وہ اُمک (فلاں) پیشہ اختیار کر کے تمہاری اِچھا (خواہش) پوری کرے۔ جس پیشے کے لیے اُس کا ہردے (دل) بالکل تیار نہ ہو، بے جا ہوگا۔ اور نہ ہی وہ خوشی سے ہی اُس کام کو کریگا۔ اور نہ سپھلتا (کامیابی) کی آشا ہی ہو سکتی ہے۔ بلکہ وہ تو جنم بھر تم کو کوستا رہے گا۔ کہ اُس کے پِتا جی نے اُس پر ظلم کیا جو کہ اُس سے وہ کام کرایا، جس کے لیے اُس کا ہردے نہیں تھا۔ ایسی حالت میں جو نتیجہ ہوگا، وہ آپ خود ہی سمجھ سکتے ہو۔ گرہست کے نِرباہ کے لیے روپیہ کمانا ضروری ہے۔ چاہے جس طرح سے کمائیں۔ وہ اپنی رُچی (دلچسپی) کے مُطابق کام آپ ہی چُن لے گا۔ اور تب تم کو دوش بھی نہیں دے سکتا۔ یہ ضروری تو نہیں ہے کہ جو کام تم کر سکتے ہو، وہ تمہارے بچے بھی کر سکیں۔ ہر ایک کی طبیعت الگ ہوتی ہے۔

۱۹۔ ساتوِک دان

دھرم شاستر کے انوسار (مُطابق) دشانش (اپنی آمدنی کا دسواں حصّہ) گرہستی کو دھرم ارتھ خرچ کرنا چاہیئے۔ اِس میں سے میں کچھ نہیں

لینا چاہتا۔

یہی آپ پورن نشکام بھاو سے (بے غرضانہ طور پر) دیں گے تو لے لوں گا۔ پرنتو یہ نشچے رکھیں کہ اِس کے بدلے میں میں آپکو یہ وچن نہیں دے سکتا کہ کبھی کبھی آپ کو پتر لکھوں۔ یا کم سے کم سنکلپ ماتر سے آپکی جے مناؤں۔ یہ مجھے بندھن پرتیت ہوتا ہے (محسوس ہوتا ہے)۔ آپ یدی ایشور انوگرہ (خدا کی رحمت) پہ بھروسہ رکھتے ہیں، تو بھکشا دینا سویکار کریں۔ جیسے کہ نشکام بھاو سے کُتے کو ٹکڑا ڈال دیتے ہیں۔ اُمید ہے کہ آپ میری خودغرضی نیز مُفت خوری پر پورن درشٹی (پوری توجہ) دینگے میرے اندر سامرتھیہ (ہمت) نہیں ہے کہ میں آپ کا پرتی اُپکار کر سکوں (یا بدلہ دے سکوں) پرنتو ایشور سرب کرم پھل داتا ہونے سے اوشیہ (ضرور) پھل دیں گے۔ جیسی اُدارتا (فراخدلی) آپ نے مجھے دکھائی ہے، ویسی ہی ایشور آپ پر پرگٹ کرینگے۔ مُردہ کسی کا کچھ نہیں کر سکتا۔ ہاتھ سے دان۔ سہائتا دیکر دِل خوش رہتا ہے۔

۲۰۔ ویوہار شُدّھی

جب تک ابھیاس، بھجن آدی کے سنسکار ہی نہ ہوں تو پیچھے کچھ نہیں ہو سکتا۔ یدی یہ بھی نہ ہو سکا تو درِشٹی کو بدلنا چاہیئے۔ دھن دولت، نام شہرت کے لوبھ سے کوئی کام نہ کرو۔ کسی پرکار کے سنسارک لابھ (دُنیاوی فائدے) کا وِچار چھوڑ کر دُوسروں کے ہِت کے لکش (مقصد)

سے ہی کام کریں تو اچھا ہے ۔ دھنی لوگوں سے بھی دھن کی اِچھا نہیں کرنی
چاہیئے ۔ یدی آشا کرو گے تو نراش (مایوس) ہونے کا دُکھ بھی بھوگنا
پڑے گا ۔ اِس سے دویش (دُشمنی) بڑھنے کی سمبھاونا ہے ۔ یدی دویش
(دُشمنی) ہو تو کرودھ (غصّہ) کے اُودے ہونے (پیدا ہونے سے)
پاپ آچرن ہونے لگتا ہے ۔ یدی سب کام بے پرواہی سے کرتویہ بُدھی
سے ہو تو پھر گراوٹ کا کھٹکا (خدشہ) نہیں رہتا ۔

بے نیم (بغیر اصُول کے) بھی نہیں ہونا چاہیئے ۔ اِس سے دُوسروں
کو کشٹ ہوتا ہے ۔ وہ بُرا بھلا کہتے ہیں ۔ اُن کے دُکھ کا پاپ بھی لگتا
ہے ۔ کام پر قابو بھی نہیں ہو سکتا ۔ اپنی صحت کے خراب ہونے کا بھی خدشہ
رہتا ہے ۔ گھر والوں کو بھی دُکھ ہوتا ہے ۔ ہاں! یدی دوسروں کے کام
میں بے نیمی ہو تو لاچاری ہے ۔ پَر اپنی طرف سے نیم (اصُول) اور
وقت کا پُورا وچار (خیال) رکھنا چاہیئے ۔ کاریہ کوئی ہو، یدی
بھاوشُدھ ہے تو کام بن جاتا ہے ۔

●

تم کو چاہیئے کہ جس جس وِشے بھوگ کی اِچھا ہو، خُوب رَچ کر بھوگ لو۔ کیونکہ یدی شریر شیگھر چھُوٹ گیا تو ہوس باقی رہ جائیگی۔ پرنتو اِس کے ساتھ ہی "بھوگے روگ بھیم" ارتھات بھوگ سے روگ کا بھے ہے۔ اِس سدھانت کا بھی سمرن ہر وقت رکھنا چاہیئے۔

شریر (جسم) تو Variable quantity (تبدیل ہونیوالا) ہے جس کی پریورتن کی ماترا (تبدیلی کی مقدار) Degree of Variation مقرر نہیں ہے۔ اِس کی لیے چا چِنتا (فکر) سے کچھ لابھ نہیں ہے۔

تپ کے بِنا کچھ نہیں ہو سکتا۔ جس کا جیون تپ کا ہے، وہ اُنتی (ترقی) کے شکھر پر پہونچ سکتا ہے۔ تپ کے بِنا اِس مارگ میں اُنتی ہونا اسمبھو (ناممکن) ہے۔

تپ بڑا ہی لابھ دائیک (فائدہ مند) ہے۔ پرتِگیا لیکر پُورا نہ کرنے سے من کی عادت بگڑ جاتی ہے۔ آگے کو سادھو انہیں بنا چاہیئے۔ جب کوئی برت لو تو، جان جائے تو جائے، پر قدم پیچھے نہ ہٹے۔

چھٹا باب

تپ اور برت

(۱) تپ کے بنا اُنتی نہیں ہو سکتی

ایشور اپنے بھگتوں کا سُدھار دِچتر ریتی سے کرتے ہیں۔ تپ سے رہنا چاہیئے۔ ہفتہ میں کم از کم ایک دِن نِر آہار یا پھل آہار اور مون شکتی سے کرتے رہنا چاہیئے۔ تپ کے بِنا کچھ نہیں ہو سکتا۔ جِس کا جیون تپ کا ہے، وہی اُنتی (ترقی) کے شِکھر پر پہونچ سکتا ہے کئی اِستری اور رِشیوں نے چندرائن کا برت کیا ہے۔ اور اُن کو اِس سے بہت لابھ ہُوا ہے۔

تپ کے بِنا اِس مارگ میں اُنتی کا ہونا اسمبھو (ناممکن) ہے یدی اُوپر لکھی باتوں کا پُورا دھیان نہیں رکھو گے، تو جو کچھ اب تک

ہُوا ہے، وہ بھی نہ رہے گا۔ آگے چلنا تو دُور رہا۔

(۲) چندرائن برت کا کٹھن پرائشچت

اِس وقت اور پہلے سے بھی آپ کے چِت میں، آپ کے وِشئے میں یہی پُھرنا ہوتا رہتا ہے کہ آپ کے پچھلے کرموں کا وِگھن پربل ہے یہ برت شاستر میں پچھلے پاپوں کا ناش کرکے، ہردیہ کو شُدھ کرکے، بلوان کرنے والے کہے گئے ہیں۔ اور سب مُنی پرم شردھا سے کرتے چلے آئے ہیں۔ اِس لئے اپنے کلیان کے لئے نشچنت (بے فکر) ہو کر نروگھن استھان (گوشۂ عافیت) میں رہ کر کرنا اچھا رہے گا۔ آپ کو بارہ[۱۲] چندرائن لگاتار کرنے کے لئے پُھرنا ہوتی ہے۔ اِس لئے استھان ایسا ہونا چاہیئے، جہاں پہ گرمی نہ ستائے، اور سردی بھی سردیوں میں ادھک نہ ستائے۔ کیونکہ بارہ[۱۲] ماس لگاتار برت میں رہنے سے ستھان نہیں چھوڑنا چاہیئے۔ یدی کوئی چندرائن بھی کیا، کبھی نہ کیا۔ اِس طرح سے بارہ[۱۲] پُورے کئے۔ تو جو پھل لکش میں (مقصُود) ہے، اُس کے مِلنے میں سندیہہ (شک) ہے۔ لہٰذا خوب سمجھ کر کرنا چاہیئے۔

(۱) لہٰذا چاہے پُورنماشی سے آرمبھ (شرُوع) کریں۔ چاہے اماوس سے، گراس چندر کلا کے انوسار ہونا چاہیئے۔ (۲)

(۲) گراس اِتنا بڑا نہیں ہونا چاہیئے جِتنا کہ پچھلی دفعہ لیا تھا۔

جیسے سوبھاوک طور پر گراس گراسا جاتا ہے، ویسا ہونا چاہیئے۔ اُدّیش (مقصد) ادھک کھِلانے کا نہ ہو۔ بلکہ کشٹ سہارنا (تکلیف برداشت کرنا) لکش (مقصد) سمجھا جائے۔

۳۔ بھوجن نیت سمے (مقررہ وقت) پر ہونا چاہیئے۔

۴۔ بھوجن کال کے وقت جو تِتھی ورتمان ہو، اُس کے اُنوسار (مُطابق) گراسوں کی سنکھیا (تعداد) ہونا چاہیئے۔ یہ پنچانگ دیکھ کر پہلے ہی کاغذ پر ماس ماس کا ویورا (تفصیل) لِکھ لینی چاہیئے۔

(۵) یہ برت سال بھر کا سمجھنا چاہیئے۔ اِس لئے اِس کو آرمبھ کرنے کا سنکلپ ایکبار لیکر پھر تِتھیوں کے اُنوسار چلتا رہے گا۔

(٦) دھیان رہے کہ یہ برت ابھیاس کے لکش (مقصد) سے ہی اِس طرح رکھا گیا ہے۔ اِس لئے یدی اِس لکش کی پُورتی کے لئے (تکمیل کے لیئے) چِنتت ہو کر (متفکر ہو کر) ایسا ہی کرنا چاہیئے

(۷) کافی سنساری اینورییہ (دُنیاوی سُکھ) بھوگ لیا ہے۔ اب یدی ہمّت ہو تو شیش جیون (بقیہ ایّام زندگی) پربھو کے چرنوں میں وبتیت کرتے ہُوئے سماپت کر دو۔ یدی ابھی سنساری سُکھوں (دُنیاوی راحتوں) سے ترِپتی (تسکین) نہیں ہُوئی، تب جیسی مرضی ہو ویسا کرو۔ انتم پرامرشن یہ ہے کہ ترِیا چرِتر کو تیاگنے سے ہی کلیان ہو گا۔

نوٹ :— برت میں کیول جاپ رہے گا۔ یا دِل بہلانے

کے لئے وید منتروں کی ویاکھیا (تشریح) ہی رہے گی۔ مانسک، واچک، کائیک (رُوحانی۔ زبانی۔ جسمانی) تینوں پرکار کے پاپوں کے ناش کے لئے ہوتا ہے اِس لئے تینوں کو دنڈ پہنچاتا ہے جو دنڈ سے گھبراتا ہے وہ پاپ کو ناش نہیں کر سکتا۔ اُدھورے برت کا اُدھورا ہی پھل ملتا ہے۔

۳۔ برت اور پرائشچت

برت کر کے پورن نہ کرنے سے جو پاپ ہوتا ہے۔ اُس کا پرائشچت کرنا ضروری ہوتا ہے۔ یہ بات سماجیوں نیز انگریزی سبھیتا (تہذیب) والوں کے لئے کچھ قدر والی نہیں۔ اِس سے یہ بہتر ہے کہ برت لیا ہی نہ جائے۔ یا لینے سے پیشتر سوچ سمجھ لینا چاہیئے کہ لوں یا نہ لوں۔ یدی لابھ دائیک سمجھ کر اِس نرنیہ (فیصلہ) پر پہنچو کہ ضرور لوں۔ تو پھر جان جائے تو جائے۔ لوگ تنگ کریں تو کریں۔ سنساری ہانی (دُنیاوی نقصان) ہو جائے تو ہو جائے۔ پر برت نہ ٹوٹے۔ جب جب لاچار ہو کر بھی برت ٹوٹے تو پرائشچت کریں۔ ورنہ اِس مذاق کا نتیجہ اور بھی بُرا ہوتا ہے۔

وِچاروان ابھیاسی اب پرائشچت کی مہما کو سمجھ گئے ہیں۔ اور کئی ابھی سے چندرائن برت کر کے اتلیہ لابھ اُٹھا لئے ہیں۔

یدی شریر کٹھن برت کے یوگیہ نہ ہو تو تین دن نر آہار رہو، مون رہو، کمرے میں بند رہو، اور گائتری کا جاپ کرتے رہو۔ برت شاستر کی ودھی سے پورا پھل دایک ہوتا ہے۔ کیول اُپواس تو ایسا ہی ہے جیسے روگی کا اُپواس (فاقہ)۔ برت ہمیشہ شاستر ودھی کے انوسار ہونا چاہیئے۔ شاستر کی آگیا ہے کہ :—

(۱) روگی تتھا آروگیہ شریر کو نراہار کبھی نہیں کرنا چاہیئے

(۲) شاستر کے آدیش انوسار جپ ہونا چاہیئے۔

(۳) برت پورن ہونے پر شاستر ودھی کے انوسار ہون کرا کے برہمن کو بھوجن اور دکشنا دینا چاہیئے۔ میری رائے میں یدی تمہارا سواستھ (صحت) اچھا ہے تو Xmas (بڑے دن) میں پھل آہار کر کے مون رہتے ہوئے جتنے دن ہو سکے، گائتری کا جاپ کرتے رہو۔ پرتیک بار گائتری کے پرتھم اور پیچھے (پہلے اور بعد) ایسے منتر کا بھی جاپ کرتے جاؤ، جس میں ایشور سے اپنے اپرادھوں (گناہوں) کی چھما (معافی) کے لئے پرارتھنا ہو۔ اس کو سمپٹ کہتے ہیں۔ برت کے سمے کال میں یم نیم کا پورن ریتی سے پالن ہونا چاہیئے۔

تپ کے بنا یہ سب نہیں ہو سکتا۔ یہ جو تم سب کی باتیں اپنے کلیان کے لئے برداشت کر رہے ہو، یہ بڑا بھاری تپ ہے۔

اکیس دن پھل آہار تتھا دودھ پر رہ کر سوا لاکھ گائتری منتر

کا جاپ کرو تو پرائشچت کے طور پر لابھ ہوگا۔ جپ ایک ہی پوتر استھان پر صبح شام پاک صاف ہو کر کرنا چاہیئے۔ جگہ بہتر باہر کہیں رکھو، چاہے دونوں جگہ رکھو۔

(۴) چالیس دِن کا برت
کٹھن برت کے انوبھو

برت کے سمے پرتھم پندرہ دن تک کچھ میری غلطی سے اور کچھ سیوا کرنے والوں کی غلطی سے گرمی تتھا خشکی نے بہت ستایا۔ (ان دنوں میں بھوک پورتی کے لئے آپ وائو بھکشن کیا کرتے تھے) پرنتو جس دن سے مجھے پتہ لگ گیا، اُس دن سے بھوک، گرمی تتھا خشکی بھی شانت ہو گئی۔ پہلے پانچ دن تو تولہ، ڈیڑھ تولہ گھی پاؤ بھر پکے ہوئے پانی میں پیتے رہے۔ پھر اُس سے چت ہٹ گیا۔ تب اکیس (۲۱) دن تک کُل ۲۰ سے ۵۰ بادام کی ٹھنڈائی دو وقت پیتے رہے۔ جب اُس سے چت ہٹ گیا تو وہ بھی چھوڑ دیا۔ کیونکہ کسی نے کہا تھا کہ بنا جل شریر نہیں رہنا۔ تجربہ کے طور پر ایسا کیا گیا تھا۔ جب جل چھوڑا گیا تھا تو خشکی نے پھر سے ستانا شروع کر دیا تھا۔ بھوک پیاس رُک گئی تھی۔ مگر خشکی سے کسی قسم کی تکلیف نہیں ہوئی۔ جب یہ دیکھ لیا کہ شریر نے رہنا ہی ہے تو پھر جل پینا شروع کر دیا۔

برت کے آرمبھ ہوتے ہی شریر سیاہ ہونے لگا تھا۔ اور بل (طاقت) کو بھی گھٹتا تھا۔ جب زجل رہے تھے اُس وقت توچا (جلد) کے اُوپر سفید چھلکا جمع ہو گیا تھا۔ اور توچا (جلد) بالکل ہڈیوں کے ساتھ لگ گئی تھی۔ مالش پیشی سے توچا (جلد) کا کوئی سمبندھ (تعلق) نہیں پرتیت (معلوم) ہوتا تھا۔ کنپٹیوں کے گڑھوں میں کم از کم ڈیڑھ تولہ پانی بھرا جا سکتا تھا۔ ناک اور چہرے پر رونق تھی۔ مستک کی کانتی (پیشانی کا نور) کو دیکھ کر لوگ حیران رہ جاتے تھے ورنہ باقی کے شریر کو دیکھ کر یہی خیال رہتا تھا کہ اب یہ شریر نہیں رہے گا۔ اِس سب کے ہوتے ہُوئے بھی دِل نہیں گھبرایا۔ چِت پرسن (خوش) رہتا تھا۔ اُتساہ نہیں گھٹا اور برت قائم رکھنے کے لئے جوش بنا رہا۔ کسی کے کہنے پر بھی جب تک من رَج نہیں گیا، تب تک چھوڑنے کو دِل نہیں چاہتا تھا۔ لوگوں کا روکنا بُرا لگتا تھا۔

خشکی کا یہ حال رہتا تھا کہ اگر شریر میں مالش کی جائے تو تیل جھٹ سُوکھ جاتا تھا۔ یدی پانی مُنہ میں رکھا جاتا تھا تو ہونٹ مسُوڑھے، تالُو اور زبان سب پانی سوکھ لیتے (جذب کر لیتے) تھے۔ گلے سے نیچے ایک بُوند تک بھی نہ جاتی تھی۔ ایسی اوستھا میں ہی یہ انوبھو میں آیا کہ پران ہی سب کچھ کھاتا ہے۔ اُپنشد کا رہسیہ شریر شوکھشم ہونے پر سمجھ میں آتا ہے۔ پانی جاتے ہی لُوٹ پچ جاتی ہے۔ سبھی ستھانوں کا پران پانی کو اپنی اور کھینچتا ہے۔ پران ہی

سرب بھکشی ہے۔ یہ شریر ایک مُردار ہے جو کہ الگ پڑا ہُوا پرتیت ہوتا ہے۔ اِس میں کئی کوارٹر ہیں۔ جب ایک کوارٹر میں کاریہ ہوتا ہے، تو پران وہاں کا سمواد دُوسرے کوارٹر میں لے جاتا ہے۔ سُکھ دُکھ بھی پران کا ہی کھیل دِکھائی دیتا ہے۔ شاستر کار بھی ٹھیک کہتے ہیں۔ کہ اندریوں آدی سے بھی سُوکھشم بھوگتا پران ہے۔

برت کے پندرہ دِن بعد ایسی حالت آگئی تھی کہ کھانے پینے کے سنسکار بالکل بھُول گئے تھے۔ شریر مانو بھُولا سا رہتا تھا۔ نرجل اوستھا میں اُسے اِتنا بھُول گئے تھے کہ شریر کے ایک انگ کا دُوسرے انگ سے کوئی خیال سمبندھ میں نہیں آتا تھا۔ کیول درشٹا پنے کی حالت رہتی تھی۔ سنسار کی باسناؤں سے چِت بالکل مُکت تھا۔ اِستریوں سے اور بہت سے پُرشوں سے گھرنا (نفرت) ہوگئی تھی۔ یہ بھی خیال آتا تھا کہ یدی یہ شریر چھُوٹ جائے تو بھی کوئی ہرج نہیں ہے۔ یہ بھی وِچار ہُوا کہ یدی مِرتیو سے پہلے پتہ چل جائے تو ایسے ہی نِراہار رہیں تو شریر سُکھ سے چھُوٹے۔

چالیس ۴۰ دِن کا برت تھا۔ پانچ ۵ دِن تولہ ڈیڑھ تولہ گھی پکے ہُوئے پانی میں۔ اکیس ۲۱ دِن بیس ۲۰ سے پچاس ۵۰ باداموں تک کی ٹھنڈائی، دو ۲ دِن کیول جل۔ آٹھ دِن نِرجل رہے۔ پھر چار دِن جل لیا۔ چالیس دِن کے بعد دُودھ پانی میں مِلا کر لیا۔ ڈیڑھ پاؤ سارے دن میں پیتے۔ پھر منقّے اور کھجُوروں کا سہارا لیا۔ اناج کو تو جی

چاہتا ہی نہیں تھا۔ کئی دِن تک محض اناج چبلتے رہے۔ نگلتے نہیں تھے منہ میں اسے ہی پران ناڑیوں دوارا رس کھینچ لیتا تھا۔ پران ہی اَن (اناج) کھاتا ہُوا پرتیت (معلوم) ہوتا تھا۔

(۵) سردی سہارنے کا تپ

پہلے میں کمرہ بند کر کے قمیص کو اسکٹ پہنے ہُوئے، اُوپر سے ایک چادر اور دو کمبل لے کر سوتا تھا۔ تب بھی سردی کچھ (قدرے) ستاتی تھی۔ پہلے تو یہ خیال آیا کہ تھوڑے تھوڑے کر کے کپڑے کم کرنا شروع کروں۔ پرنتو اِس میں زیادہ دیر ہوجانے سے یہ ٹھانی کہ سب کپڑے پہلے چھوڑ کر دیکھوں۔ نمونیا کا خیال بھی آیا۔ پرنتو ایشور کے بھروسہ پر گھبرایا نہیں۔ اِس لئے پہلی رات کو سوتے سمے بالکل ننگن (برہنہ) ہوگیا اور بنا کچھ اُوپر لئے سوتا رہا۔ نیند تھوڑی سی آئی۔ پھر شریر (جسم) کانپنے لگا۔ تب میں ویسے ہی ننگن (برہنہ) بیٹھ گیا۔ اور شریر کے کانپنے کو دیکھتا رہا۔ جب دھیان میں ہو جاؤں تو کانپنا بند ہو جائے۔ جب چھوڑ دوں تو سارا شریر خود سے کانپنے لگے۔ یہ حالت صبح تک رہی۔ جب باہر نکلنے کا وقت آیا، تب کپڑے پہن لئے۔ دُوسرے دِن پھر ویسے ہی سویا۔ اور رات ویسے ہی گزاری۔ ایسے ہی تیسرے دن رات گذاری۔ چوتھے دِن پھر ویسے ہی سو گیا۔ پرنتو جب جاگا تو شریر کانپ رہا تھا۔ اٹھ کر بیٹھ گیا۔ اور زیادہ

اوڑھلی۔ تب چین آ گیا۔ کانپنا بند ہو گیا۔ صبح کو اور باہر نکلنے کے وقت کپڑے پہن لیے۔

اسی طرح سے کئی دن گزارے۔ جب سردی ادھک ہو جاتی تھی پرنتو بارہ، تیرہ دن ایسے گزر گئے۔ پھر چادر اوڑھ کر سونے لگا۔ تب تو کافی گرمی محسوس ہوتی تھی۔ سردی بڑھ گئی تو پھر ایک چادر اور ایک کمبل سے بہت دن گزارے۔ دوسرا کمبل لینے کا خیال تک بھی پیدا نہیں ہوا۔

گرہست میں رہتے ہوئے یوگ کے لکش پر پہنچنا
قریب قریب اسمبھو (ناممکن) ہے۔ جن کے پہلے جنموں کے
زبردست سنسکار ہوں اور نام ماتر کی (برائے نام) کمی ہو
اُن کے لئے سمبھو (ممکن) ہے کچھ کٹھنائی (دقت) نہ پڑے
یدی استری سہیوگی ہو (تعاون دے) اور متر بھاؤ سے دیوہار
کرے تو وشیش بندھن نہ ہوگا۔ اور بہت کچھ سادھن کر سکتے
ہیں۔

"گپتا سو سدھ" بھجن کی چوری ہی بھگوان کو
پیاری ہے۔ من بھر کرو تو رتی بھر جتلانا نہیں چاہیئے۔ وہ بھی
تب، جب کوئی پوچھ بیٹھے۔ نہیں تو چپ رہنا ہی بھلا ہے
یدی ایسا نہ ہوگا تو ابھیمان (غرور) جھٹ دبا لے گا۔ اور جہاں
اہنکار (غرور) آیا، وہاں ایشور کی طرف سے بمکھ ہو کر سنسار
کی طرف رُچی ہونے لگتی ہے۔

من کو قابو میں رکھنا پرم دھرم ہے۔ یہی بھجن کا
پھل ہے۔

(۱) ابھیاس کال کے کچھ نیم

(۱) بڑی صُبح شوچ سے نِورت ہو کر (حوائج ضروری سے فارغ ہو کر) بھجن کیا جائے گا تو اچھا رہے گا۔

(۲) آسنوں کے پیچھے سوادھیائے (کتب مقدسہ کا مطالعہ) شیگھر (جلدی) نہیں ہونا چاہیئے۔ اِتنی دیر تک ضرور خالی بیٹھنا چاہیئے کہ شریر اصلی حالت میں آجائے۔ آدھ یا پونے گھنٹے میں شریر (جسم) ٹھیک ہو سکتا ہے۔

(۳) بھجن کے بعد بھی کم از کم ایک یا ڈیڑھ گھنٹہ تک بیٹھن یا پٹھن

(لکھنے پڑھنے کا کام) نہیں ہونا چاہیئے۔

(۴) جب شام کو سیر کے بعد واپس آئیں، تب پونہ گھنٹہ تک بھجن کے لئے بیٹھیں۔

(۵) صبح ہو یا شام، بھجن کے لئے وہی وقت ٹھیک رہے گا جبکہ بایاں سؤر تیز چل رہا ہو۔ یا دونوں سؤر برابر چل رہے ہوں۔

(۶) شریر (جسم) کو بھاڑا اتنا دینا چاہیئے کہ شریر میں کمزوری پیدا نہ ہو۔

(۷) ابھیاس کے فوراً بعد دودھ نہیں پینا چاہیئے۔ ایک گھنٹہ رک سکیں تو اچھا ہے۔

(۸) کف نشٹ کرنے کے لئے دھوتی کرم، اتھوا خوب گرم کر کے پانی پی کر قے کرنا، پیچھے سے (بعد میں) ہرڑ، سونٹھ کے ساتھ استعمال کرنا اچھا رہتا ہے۔

(۹) لوگوں کے ساتھ ویوہارک وارتالاپ (عام بات چیت) ضرورت سے زیادہ نہ کریں۔ اور نہ ہی ملیں جلیں۔ جہاں تک ہو سکے، دماغی طاقت (Brain energy) کو سنگرہ (جمع) رکھیں

(۱۰) اگر ممکن ہو تو شام کا کھانا بالکل ترک کر دیجیئے۔ اور شام کو بھجن کو زیادہ وقت دیجیئے۔ اور دودھ کی مقدار بڑھا دیجیئے۔ دودھ پینے وقت پندرہ یا بیس بادام کی گریاں اور دس یا پندرہ منقّے کے دانے اوپر سے گھی یا بادام روغن ڈالا ہوا دودھ پی لیجیئے۔ دلیا کا استعمال بھی

اچھا رہتا ہے۔

(۱۱) یدی ٹٹی کھلکر نہ آتی ہو تو آدھ سیر یا تین پاؤ پانی وستی سے چڑھاکر اجابت سے فارغ ہو جایا کریں۔ اور ہفتہ یا دس دن میں ایکبار ڈھائی تین سیر پانی چڑھاکر وستی کر لیا کریں۔ زیادہ پانی کی بستی بہت نہیں کرنا چاہیئے۔

(۱۲) باداموں کا استعمال اگر ضرورت نہ ہو تو نہ کریں۔ بھوجن چھوڑ دینے سے شریر کمزور ہو جاتا ہے۔ شریر کو ٹھیک رکھنا ضروری ہے بھوجن ٹھیک طور پہ نہ کرنے سے کمزوری بڑھ جاتی ہے۔ یوا سیر آدمی کو کوئی نہ کوئی بیماری لاحق ہو جانا ممکن ہے۔

(۱۳) شریر (جسم) کی حالت درست رکھنا چاہیئے۔ شریر ٹھیک ہونے پر ہی ابھیاس میں لگے رہ سکتے ہیں۔ اور اوستھا بھی جلدی ہی پری پک (پُختہ) ہو جاتی ہے۔ شاریرک (جسمانی) کمزوری دور کرنے کے لئے کوشش کرنا چاہیئے۔ رُگن اوستھا (بیماری کی حالت) میں ابھیاس پہ زور دینے سے شریر کو ہانی (نُقصان) پہونچنے کی سمبھاونا (خدشہ) ہے۔ ایسی حالت میں ابھیاس پر زیادہ زور نہ دیں۔ شریر کی اوستھا (جسمانی حالت) کو دیکھ کر ہی کاریہ کریں۔ ابھیاس بھی شریر کو دیکھ کر ہی کرنا چاہیئے۔ ادھک دباؤ ڈالنے سے جسمانی روش بڑھ جانے کی سمبھاونا (خدشہ) ہے۔

صفائی آدمی سادن بھادوں میں نتیہ (روزمرہ) کرنی چاہیئے

یا جیسی شریر کو دیکھ کر اُچیت (مُناسب) سمجھیں۔ کارتک کے بعد ہفتہ میں دو بار ہی کافی ہوگی۔

(۱۴) چلنے پھرنے یا انیہ پرِشرم (دیگر محنت و مشقّت) سے بچنا چاہیئے۔ بہت لمبا سفر کرنے سے بھی خُشکی ادِھک (زیادہ) ہو جاتی ہے۔ جس سے دستوں (اسہال) کی شکایت بھی لاحق ہو سکتی ہے۔

(۲) ابھیاسی کیلئے کچھ بھوجن

گرمی شمن آہار

گرمی کو دُور کرنے والی اغذیہ

بھوجن کا اُتم پربندھ (اچھّا انتظام) ہونے سے اور سرد استھان (ٹھنڈی جگہ) پر رہنے سے دِقّت نہیں ہوتی۔ اور بھجن ہوتا جاتا ہے۔ گرم دیش میں ویسے ہی گرمی ادھک معلوم ہوتی ہے۔ اور پھر ابھیاسی کے لئے تو وِشیش رُوپ سے (خاص طور پر)۔ آپ بادام کی گریوں کے ساتھ چھوٹی الائچیاں، سونف، کاسنی، کباب چینی، ڈال کر گھوٹ اور چھان کر روزانہ ایک یا دو بار پی لیا کریں۔ دودھ کی اپیکشا (نسبت) یہ خُشکی کو زیادہ دُور کریگی۔ یدی بھوجن بہت کم کریں، یا بالکل نہ کریں۔ جیسا آپ کا شریر انوکُول (موافق) سمجھے ویسا

کریں۔ یدی ایسا خیال نہ رکھیں گے تو سمجھو ہے (ممکن) ہے کہ آپ کو کوئی بیماری لاحق ہو جائے۔ پھر بیمار رہنے سے اور بھی دُکھی رہیں گے۔

(۳) گرمی میں ابھیاسی کے لئے کچھ نیم

موسم کو دیکھ کر ابھیاس کرنا چاہیئے۔ اگر گرمی زیادہ محسوس ہوتی ہو تو صُبح کا ابھیاس کرلینے کے بعد کچھ بادام کی گریاں ڈال کر ٹھنڈائی بنا کر پی لیں۔ بادام کی گریاں پہلے سے ہی ٹھنڈے پانی میں ڈال کر رکھ دینی چاہیئں۔ ٹھنڈائی گھوٹنے سے پہلے گریاں چکھ کر دیکھ لیں۔ میٹھی گریاں ہی ٹھنڈائی میں ڈالیں۔ کڑوی پھینک دیویں۔

اگر اِس پر بھی خشکی تنگ کرے تو ابھیاس کم کردیویں۔ ابھیاس شروع کرتے وقت اگر بایاں سوَر چل رہا ہو تو ابھیاس شروع کریں۔ اگر بایاں سوَر نہ چل رہا ہو تو بایاں سوَر چلنے کی ترکیب کریں۔ یدی ترکیب نہ آتی ہو تو دایاں پہلو نیچے اور بایاں پہلو اُوپر کر کے لیٹ جاویں۔ تھوڑی ہی دیر میں بایاں سوَر چلنے لگے گا۔ تب آپ آسن پر بیٹھ کر ابھیاس شروع کریں۔ پیچھے ابھیاس کے دوران دایاں سوَر تیز ہو جائے تو چنداں حرج نہیں ہے۔ جب گرمی بڑھ جائے تو پھر اپنے تجربہ کے مُطابق ابھیاس کو کم و بیش کرنا ٹھیک رہتا ہے۔ جس سے کہ کوئی گڑبڑ نہ پیدا ہونے پاوے۔

آگے کو جب کبھی شریر میں گڑبڑ دیکھیں تو پہلے جسم کی صفائی کریں

اور ازاں بعد جو دوا مناسب خیال فرمادیں، فوراً شروع کردیں۔ ابھیاس کو کم کردیں۔ بعد میں جب شریر (جسم) ٹھیک ہو جائے تو جتنا اُچت (مناسب) سمجھیں، کرنا شروع کردیویں۔ شاریرک گڑبڑ (جسمانی خرابی) میں موقعہ کے مطابق بھوجن کرو۔ پیچھے جیسا نیم ہو، ویسا کرو۔ گرمی کے دنوں میں ابھیاس کم کرنا چاہیئے۔ شام کو یدی گرمی پرتیت (محسوس) ہو تو کیول حاضری دیکر بند کردو۔ سویرے سویرے جتنا آرام سے کرسکو، اتنا کرو۔ جس سے شریر میں کوئی گڑبڑ (خرابی) پیدا نہ ہو۔ ورنہ گاڑی رک جائیگی۔ اور پیچھے درست ہونا کٹھن (مشکل) ہو جائے گا۔

آٹھ یا دس دانے منقے کے شام کو تین چھٹانک ٹھنڈے پانی میں مٹی کے برتن میں بھگو دو۔ جب ابھیاس سے اٹھو تو وہ منقے کے دانے کھاکر، وہی پانی پی لو۔ تو دل کو طاقت ملے گی اور پیاس بھی بجھ جائیگی۔ پرنتو ابھیاس کے بعد ——— آدھ یا پون گھنٹہ بعد جب شریر کو ٹھیک کرلو، تب یہ منقے کے دانے کھانے اور پانی پینا چاہیئے۔

(۴) ابھیاس اور رِتو (موسم)

بسنت کا (بہار کا) تتھا سردی کا موسم اچھا رہتا ہے۔ ان دونوں موسموں میں ابھیاس پر زیادہ زور دے سکتے ہیں۔ گرمی میں خشکی

بڑھنے کا بھئے (خدشہ) رہتا ہے تنہا جلن ہونے لگتی ہے ۔ ورشا کال (برسات کے موسم) میں زیادہ زور دینے سے دوشوں کے بڑھنے سے روگ گرست (بیمار ہونے کا بھئے (خدشہ) رہتا ہے ۔

گرمی ادھک (زیادہ) ہونے سے ہانی (نقصان) پہنچنے کی سمبھاونا (خدشہ) ہے ۔ ہاں کسی ٹھنڈے استھان میں بھوجن آدی کا اُتّم پربندھ (اعلیٰ انتظام) کر کے وِشیش ابھیاس کر سکتے ہیں ۔ یدی اگنی سیون نہ کرنی پڑے تو ۔

(۵) آسن اور سواستھیہ

جو جو آسن جیسے ہوں، کرتے جائیں ۔ دھیرے دھیرے آپ ہی ٹھیک ہو جائیں گے ۔ آسن بہت جلد ٹھیک نہ ہو پائیں گے ۔ آپ پہلے اِس بات کی کوشش کریں کہ پہلے آپ کا شریر بالکل تندرست ہو جائے ۔ قبض وغیرہ کی شکایت جاتی رہے ۔ اِس کے لئے آپ کھانے پینے میں سخت احتیاط برتیں اور صبح و شام سیر بھی ضرور کریں ۔

آسن کو ٹھیک رکھنے کے لئے ٹھیک ٹھیک اُپائے لکھنا کٹھن ہے ۔ البتہ کسی مہاتما کے پاس رہ کر عملی طور پر آسن کر کے آسنوں کو ٹھیک طور پر کیا جا سکتا ہے ۔ پرنتو آپ سُویَم ایسی کوشش کریں کہ اُس اوستھا کے آنے سے پہلے ہی ساودھان (خبردار) ضرور رہیں ۔ اور شریر کو سیدھا رکھنے کی کوشش کریں ۔ شریر ڈھیلا رہے مگر گرنے نہ پائے ۔

یدی آپکو ٹھیک طریقہ سے آجائے گا تو شریر کا خیال نہ رہنے پر
وہ ویسا ہی رہے گا۔ یدی اِس کا طریقہ نہ آئے اور شریر (جسم) گِرتا
سی جائے تو گورکشا آسن میں ابھیاس کریں۔ اُس میں شریر کا سیدھا
رکھنا سُگم (آسان) ہو گا۔ سمبھو (مُمکن) ہے کہ پرتھم (ابتدا میں)
آپ کو درد ہونے لگے۔ پرنتو تھوڑے ہی دِنوں میں دیر تک بیٹھنے کا
ابھیاس ہو جائے گا۔ یدی اُس میں سپھلتا ہوتی ہُوئی نظر نہ آئے تو
پدم آسن کا ابھیاس کریں۔ یدی اُس میں بھی کٹھنائی (مُشکل) پرتیت
(محسوس) ہو تو شو آسن تو بنا بنایا ہے۔

۶) اِستری اُپیوگی

ا۔ گربھ وتی اِستری

گربھ وتی اِستری کو بہت ابھیاس نہیں کرنا چاہیئے۔ کیونکہ اُس
سے ایک تو شریر کو نُقصان پہونچتا ہے۔ دُوسرے گربھ کو ہانی پہنچتی
ہے۔ تیسری بات یہ ہے کہ بہت ابھیاس کرنے سے شریر کمزور ہو تا
جائے گا۔ تب پرسو کے سمے (وضع حمل کے وقت) کشٹ زیادہ
ہو گا۔ شریر اور گربھ کی حفاظت ضرور کرنی چاہیئے۔ یدی گربھ کی
حفاظت کی پرواہ نہ کی جائے تو پاپ لگے گا۔ اور شریر کی رکشا نہ
کریگی تو بعد میں ابھیاس بند ہو جائے گا۔

(۲) رجسولا اِستری (حائضہ عورت)

اِس کو ابھیاس کم کرنا چاہیئے۔ نہیں تو روگ (بیماری) کا بھے رہتا ہے۔

(۳) اِستری کو سادھن میں لگنے سے پہلے یہ نیم پالن کرنے چاہئیں!

۱- پتی کی سیوا کرے۔ اُس کو سنتُشٹ رکھے۔ اور اُس کی آگیا (اجازت) لے کر بھجن میں پرورِت ہو۔

۲- سُواد کو جیتے۔ آہار ساتوِک کرے۔

۳- دیوہار کو سرل و نشکپٹ بنائے۔ چپلتا کا تیاگ کر سادھوتائی کو بڑھائے۔

۴- موٹا کپڑا پہنے۔ سنگھار کو دھیرے دھیرے چھوڑتی جائے

۵- ودھوا کو بال کٹوا دینے چاہئیں۔ سنگھار سے مُکت شیل ہو کر (ترک کر کے) سنیاس شیل ہونا چاہیئے۔

۶- چکّی پیسنا و چرخہ کاتنا بھی ہستکر (مُفید) تنخامن و شریر دونوں کے لئے لابھ دائیک ہے۔

۷- بہت آوارہ پھرنا و ایک دوسری کی نندا (غیبت) کرنا و جھگڑا کرنا بھی بُرا ہے۔

(۷) ستگورو

ستگورُو جو ہوتے ہیں، اُن کو کسی کو اُپدیش کرنے میں، اُن کی
پی کوئی غرض نہیں ہوتی۔ جن کو کچھ غرض ہوتی ہے وہ ستگورُو نہیں
کہلا سکتے۔ سچے ستگورُو صرف شِشیہ کے کلیان کے لئے ہی اُپدیش
تے ہیں۔

شِشیوں کا ناراض ہو جانا اپنے میں بہت مایتا سِدھ کرنا
ہے۔ اسلئے ملینتا کو دھو ڈالنے سے وہ سنتُشٹ ہو سکتے ہیں۔ اور اُسی
میں شِشیہ کا کلیان ہے۔ جب تک وہ ملینتا ہِردے میں براجمان رہے
گی، کلیان بہت دُور رہے گا۔ لہذا ستگورُو جو اُپائے بتلائیں اُن پر تن
من سے چلنا چاہیئے۔

وہ شِشیہ ہی کیا جو گورُو کو سنتُشٹ نہ رکھے۔ بدی اِتنی ہمت نہیں
ہے تو کچھ نہیں کر سکتا۔ اپنے اوگنوں (نقائص) کو دُور کرنا چاہیئے۔
معلوم ہوتا ہے کہ آپ کے پاپ کے پھل کا اُدے ہے۔
اِسی واسطے آپ کو وہ بُدھی نہیں آتی، اور آپ کے اندر گھٹیا
باتوں کی قدر زیادہ ہے۔ بدی آپ کو میری بات پر وِشواس نہیں ہے
تو آپ مجھ سے کیا فائدہ اُٹھا سکتے ہیں۔ جب تک میرے چِت میں
اُتساہ (حوصلہ) نہیں ہو گا۔ میں کچھ نہیں کر سکوں گا۔ میرے دِل
میں اُتساہ (حوصلہ) تبھی ہو سکتا ہے جب آپ کے دِل میں تیبر ویراگیہ

(بیراگ) ہوگا۔

اُپدیش پر پُوری شکتی انوسار عمل کرنے سے ہی تم اُپدیشک کو اُتساہت (اُپدیشک کی حوصلہ افزائی) کر سکتے ہو۔ دُوسرا کوئی اُپائے نہیں ہے۔

امریکہ والے سادھارن اُپدیش کے لئے کافی روپیہ لیتے ہیں تب زبانی یا خط وکتابت کے ذریعے اُپدیش دیتے ہیں۔ اور انگریزی خواندہ طبقہ تب جا کر کہیں کافی رقم خرچ کرنے کے بعد اُس اُپدیش سے مستفید ہوتے ہیں۔ پرنتو بنا فیس کے جو بھارتیہ اُپدیش دیتے ہیں اُس سے کوئی وِچاروان شُدّھ ہردے والا ہی فایدہ اُٹھا سکتا ہے پرنتو پیسوں سے خریدا ہُوا Paid up اُپدیش نہیں ہو سکتا۔ اُس کا دام نہیں لگ سکتا۔ لاکھ روپیہ دینے پر بھی اُپدیش نہ ملے اور یا نوں بانوں ہیں ہی مِل جائے۔ اِس کی فیس کیول جگیاسو (سالک) کا ہردے ہے۔ اور کچھ نہیں ہے۔

(۸) گورُو کی سمیپتا (قرب)

گورُو سیوا میں رہ کر ابھیاس سگم ہوتا ہے

(۱) دِل میں اکثر آتا ہے کہ آپ کے لئے گھر میں ابھیاس کرنے میں وگھن (رُکاوٹ) پڑتی ہے۔ اِس لئے یہاں آنے کے لئے اکثر

جی چاہتا ہے ۔ آپ کے لئے یہ بہتر ہو گا کہ آپ تین ماہ کی چھٹی لے کر یہاں میرے پاس آ کر ابھیاس کر سکتے ہیں ۔ یہاں پر رہائش وغیرہ کا انتظام آپ کو خود کرنا ہو گا ۔

اب بسنت رِتو آنے والی ہے ۔ اور اِس موسم میں ابھیاس اچھی طرح سے کیا جا سکتا ہے ۔ لیکن یہ تبھی ہو سکتا ہے کہ ابھیاس کرانے والا و کرنے والا ایک دُوسرے کے اتنے نزدیک ہوں کہ روزمرّہ کی خبر آ جا سکے ۔ ورنہ نُقصان پہنچنے کا خدشہ ہوتا ہے ۔ اِس لیئے میں یہ جاننا چاہتا ہوں کہ کیا آپ ایسا پربندھ (انتظام) کر سکتے ہیں کہ آپ یہاں آ جائیں ۔ گھر میں آپ کے لئے ابھیاس کرنے میں بہت وِگھن (رکاوٹیں) ہیں ۔ لہٰذا گھر میں ابھیاس کرنے کا خیال ترک کر دیں ۔

(۲) جس وقت ادھک (زیادہ) زور دینا ہو گا، تب ابھیاس کے طریقے نیز بھوجن اور رہن سہن کے طریق ہائے میں بہت سی تبدیلیاں ہوں گی ۔ اُس وقت بڑی بھاری نگرانی کی ضرورت ہو گی اِس لیئے آپ کو میرے پاس ہی رہنا ہو گا ۔ اُس وقت کی ذمّہ داری کو میں خوب سمجھتا ہوں ۔

(۳) جب کبھی آپ آئیں گے تو کچھ دِن یہاں ٹھہرنا ہو گا ۔ تاکہ ابھیاس کا اثر دیکھ لیا جاسکے ۔ کتنے دِنوں تک ٹھہرنا ہو گا، یہ ابھی نہیں کہا جا سکتا ۔ شاید مہینہ دو مہینے لگ جائیں ۔

(۴) آپ کے پتر سے میں رنگ کا کچھ نرنیہ (فیصلہ) نہیں ہوا

اور نہ ہی یہاں کوئی ڈائری یا نوٹ بُک ہی ہے جس میں کہ جو پتر آئیں، اُن کا خلاصہ درج کر لیا جائے۔ تاکہ اُسے دیکھ کر یہ سمجھ لیا جائے کہ فلاں شخص نے فلاں تاریخ کو فلاں باتیں لکھی تھیں۔ اور اپنے اندر اِتنی سامرتھیہ (طاقت) نہیں ہے کہ دُور سے بیٹھے ہُوئے روگی کے روگ کو پہچان جائیں۔ پھر اوشدھی (دوا) دینا کیسے مُمکن ہو سکتا ہے پتروں سے بھی پورا پورا بھاؤ (مطلب) سمجھ میں نہیں آتا۔ اِس لئے بات کبھی کبھی اُلٹ پلٹ بھی سمجھ میں آ سکتی ہے۔ میں سمجھتا ہُوں کہ یہ سب آپ کے من کے کھیل ہیں اور من ٹال مٹول کر کے آپ کو دھوکا دے رہا ہے۔ یدی آپ کے من میں اپنے روگ کو دُور کرنے کی تیبر اِچھّا (شدید خواہش) ہوتی تو آپ درشن ضرور دیتے۔

(۹) سادھن اور ادھیکار

۱۔ ادھیکاری کے لکشن

(۱) سچّا ویراگ ہے یا کہ نہیں؟

(۲) جِتھا کے سُواد سے چِتّ ہٹا ہُوا ہے یا کہ نہیں؟

(۳) اُس کی بات پر وِشواس کرنا چاہیئے یا کہ نہیں؟

(۴) پاپ (گناہ) سے اُس کو گھِرنا (نفرت) ہو گئی ہے یا کہ نہیں؟

(۵) وہ اپنی صحت کو ٹھیک رکھ سکتا ہے یا کہ نہیں ؟ کبھی (بد پرہیزی) کر کے بیمار نہ ہو جائے۔

(۶) تن، من، اور دھن کو کفایت سے خرچ کرنے والا ہے یا کہ نہیں ؟

(۷) یدی اُس نے کوئی برت لیا تو کشٹ (تکلیف) ہونے پر اُسے نبھائے گا یا کہ نہیں ؟

(۸) کوئی کام دِکھلاوے کے ساتھ نہ کرے۔

(۹) اپنے جیون اور رہن سہن (زندگی نیز خورد و نوش) کا بوجھ دُوسرے پر نہ ڈالے۔

(۱۰) اِرادہ کا پکّا (پختہ) ہو۔

(۳) اُچیہ ادھیکاری کے پانچ لکشن

(۱) جہوا (زبان) کے سواد کے خیال سے کوئی پدارتھ (شے) نہ کھائے بلکہ شریر رکھشا (جسم کی حفاظت) کے لئے مُفید سمجھ کر کھائے۔ ایسی چیزیں کھانی چاہئیں کہ شریر اور من دونوں کے لئے لابھ کاری (مُفید) ہوں۔ اور بھجن میں وگھن نہ ڈالیں۔ سواد سے بالکل بے پرواہ ہونا چاہیئے۔

(۲) جھوٹ سے سخت گھرنا (نفرت) ہو۔

(۳) کرودھ (غصّہ) پر پُورا قابو ہو۔

(۴) کام کے بس (شہوت کے بس) کبھی نہ ہووے۔
(۵) کوئی بات نام (شہرت) کے خیال سے نہ کرے، بلکہ
کرتویہ (فرض) سمجھ کر کرے۔ چاہے لوگ اُسے نیکنامی دیں یا بدنامی
وہ دونوں سے بے پرواہ رہے۔
یہ پانچ باتیں ممکشو (سالک) میں ضرور بالضرور ہونی
چاہئیں۔

(۳) ادھیکاری کیسے بنیں؟

اِس کے لئے آپ کو چاہیئے کہ سچائی (صدق دلی) سے نیموں
پر چلیں۔ میں نے کئی بار لوگوں سے کہا ہے کہ کئی اشخاص یہ کہتے ہیں
کہ اگر آپ ابھیاس بتائیں تو ہم ویوہار شُدھ کریں نہیں تو کیوں
کریں؟ اُن کو یہ کہنا پڑا کہ وہ پاپ سے تو ضرور بچیں گے لیکن
وہ ادھیکاری نہیں ہیں۔ ایسی اوستھا (حالت) کو دیکھ کر چِت
اُتساہت نہیں ہوتا یعنی حوصلہ نہیں بڑھتا۔ اِس لئے اب الگ
رہنے کو جی چاہتا ہے۔ آگے جیسا ایشور کو منظور ہوگا وہی ہو گا۔
میرا یہ وشواس (یقین) ہے کہ جو ادھیکاری ہیں، اُن کو پرماتم
دیو لابھ (فائدہ) پہونچا ہی دیتے ہیں۔ اِس لئے اُن کی کرپا پر
وِشواس (یقین) رکھتے ہوئے ادھیکاری بننے کی کوشش پرتیک
جیو (ہر اِنسان) کو کرتے رہنا چاہیئے۔

اب من ڈھیلا پڑ گیا ہے۔ ابھی تک تو ادھیکاری بنانے کے لئے بھی کوشش کرنا قبول کر لیتا تھا۔ اب یہ ہمت نہیں رہی۔ اب جو خود ادھیکاری بن کر آئیں گے، وہی لابھ اٹھا سکیں گے۔

(۱۰) بھجن سادھن رہسیہ
(اسرارِ معرفت)

۱۔ جاپ وِدھی تتھا ستھان
(طریق یادالٰہی نیز مقام)

مانسک جاپ سب سے سریشٹھ (افضل ترین) ہے۔ دوسرے درجے میں دھیرے دھیرے کا جاپ ہوتا ہے۔ تین بار کر سکو تو اور اچھا ہے۔ شُدھتا (پاکیزگی) کے ساتھ ہونا چاہیئے۔ بھیتر باہر سے مطلب یہ ہے کہ گرمی کے دن ہونے کی وجہ سے سمجھو (ممکن ہے) شام کو یا کسی سمے بھیتر نہ بیٹھ سکو، باہر بیٹھنے میں آسانی ہو تو دونوں جگہ بندوبست کر سکتے ہو۔

۲۔ مالا سے لابھ

ابھی مالا ہی کے دوارا (ذریعہ) بھجن کرتے رہو۔ جب کبھی مالا

پھیرتے پھیرتے جپت ایسا ہو جائے کہ مالا پھیرنے کو نہ کرے تو ویسے ہی بھجن کرو۔ تب مالا بند کر کے، بنا مالا کے من سے کرتے رہو۔ جب کچھ دیر بعد سنکلپ آنے لگیں اور بند نہ ہوں تب پھر مالا پھیرنا شروع کر دو۔ بس اسی طرح سے کرتے رہو۔

کبھی جپت کرنے تو مالا سے گایتری کا جاپ بھی کر لیا کرو۔ کیونکہ کبھی کبھی من دھیان میں یا مانسِک جاپ میں نہیں لگتا۔ تب مالا سے، ہٹھ کر کے، مالاؤں کی تعداد مقرّر کر کے جپ کرنا اچھا رہتا ہے جب تم آنترک سادھن کرتے ہو تو پھر پوجا آدی کی ضرورت نہیں۔ پوجا سے جاپ، جاپ سے دھیان سریشٹھ ہے۔ یدی پوجا کو چھوڑ دو، تو کوئی حرج نہیں ہے۔ بہت جپت کرے تو تھوڑا سا کر لیا کرو۔

(۳) دیرگھ کال تک سنتوش تتھا ایشور انوگرہ پر نربھر ہو کر سادھن کرنا چاہیئے۔ تبھی سپھلتا ہوتی ہے

جیسا کچھ کرتے ہو یتھا شکتی کرتے جاؤ۔ اس کا اثر دیکھنے پر آگے کچھ کہا جا سکتا ہے۔ اوشدھی (دوا) جب دی جاتی ہے تب اس کا اثر دیکھا جاتا ہے۔ اس کا پرکھاؤ (اثر) دیکھ کر آگے کی اوشدھی

دی جاتی ہے۔ یدی پہلے ہی اوشدھی (دوا) انوپان سہت (بدرقہ کے ساتھ) نہ سیون (استعمال) کی گئی ہو تو وہ اپنا پورا پربھاؤ (اثر) نہیں دکھا سکتی۔ ایسی حالت میں آگے کی اوشدھی (دوا) ویدیہ (معالج) بھی نہیں دے سکتا۔

کئی بار لگاتار طویل مدت تک پہلی ہی اوشدھی (دوا) سیون (استعمال) کرتے کرتے دوسری اوشدھیوں (ادویات) کا لابھ ہو جاتا ہے۔ یہ سب پربھو کی مایا ہے۔ اُن کے نکٹ (نزدیک) سب کچھ آسان ہے۔ منشّ الپگیہ (ناقص العقل) ہے۔ اسے جو کچھ پتہ ہے وہ کم ہے اور ادھورا ہے۔ پرنتو جب ایشور پہ بھار ڈال کر اُن کے بھروسہ پہ کچھ کیا جاتا ہے، تو وہ آپ ہی آپ سپھلتا (کامیابی) پردان کرتے ہیں۔ اس لئے سنتوش رکھتے ہوئے چلے چلو۔

(۴) بھجن ودھی

لیٹ کر بھجن کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ پرنتو یدی کبھی نیند آ جاوے تو گھبرانا نہیں چاہیئے۔ جب نیند کھل جائے اور سمے ہو تو پھر لیٹے لیٹے دھیان کریں۔

(۵) پرانوں کی تیزی کے سمے ساودھانی رکھو

جب پرانوں کی وِشیش تیزی ہو جاتی ہے تب جو اوستھا ہوتی ہے

اُس سے ڈرنے کی کوئی بات نہیں ہے۔ جب پڑھاتے سمے زبان بند ہونے لگتی ہے تب چند سیکنڈ کے لیئے رُک جانا چاہیئے۔ تب ادستھا ٹھیک ہو جائے گی۔ یدی پڑھاتے سمے تیز نہ بولا جائے تو اچھا رہے گا۔ گاہے گاہے زبان کو کچھ سمے (وقت) کے لیئے آرام دیتے جاؤ۔ تو گڑبڑ نہ ہوگی۔ لیکن یہ ضرور دھیان میں رکھنا چاہیئے کہ جب پران کی گتی اُوپر کو دِشیش رُوپ میں ہو، تب ضرور ٹھہر جائیں تو شیگھر (جلدی ہی) حالت (ادستھا) ٹھیک ہو جائے گی۔

(۱۱) ابھیاس کے انُوبھو

ابھیاس میں میں نے جو جو تماشے دیکھے ہیں وہ لکھتا ہُوں۔

تھوڑے دِن کے سادھن کے بعد ہی مجھے عجیب و غریب صُورتیں نظر آنے لگیں۔ وہ اکثر مُسکراتی ہوتی تھیں۔ اکثر ایسا ہوتا تھا کہ جو صُورتیں مردوں کی ہوتی تھیں، وہ دُور ہی رہتی تھیں، مگر جو اِستریوں کی ہوتی تھیں، وہ مُسکراتی ہوئیں میرے چہرے کے نزدیک آ جاتی تھیں۔ تب میں اُن کو وِگھن کارک (رُکاوٹ پیدا کرنے والی) سمجھ کر، اُن کو پاپ اُتپن کرنے والی۔ گُناہ کا منبع سمجھ کر طبیعت کو اُن کی طرف سے ہٹانے کی کوشش کرتا تھا۔ اور ترکُٹی کے پیچھے یا درمیان میں جو روشنی ہوتی تھی اُس میں غائب ہو جاتی تھیں۔ میری دِرشٹی ترکُٹی میں ہی رہتی تھی۔ پشچات (ازاں بعد) میں نے اُس تماشے کو چھوڑ دیا کیونکہ

ایک مہاتما جو کہ یہاں ہی ہیں، نے کہا کہ یہ مایا کی اِستریاں ہیں۔ اِن کی
طرف سے دِرشٹی ہٹائے رکھنا چاہیئے۔ تب میں نے دِرشٹی کا رُخ دُوسری
طرف کر دیا۔

میرے سینے یعنی ہردے میں گانٹھ سی بندھی معلوم ہوتی تھی
اور کمر پر کئی بار دھکّا لگا کرتا تھا۔ سوچنے پر معلوم ہوا کہ یہ پرانوں کا دھکّا
ہے۔ اور وہ پرانوں کی گانٹھ ہے۔ تب میں نے سوچا کہ اب چکروں کا
پتہ لینا چاہیئے۔ گُدا چکر پر پرانوں کا اکٹھا ہونا تو مجھے معلوم نہیں ہوا
مگر کمر پر دھکّے ضرور لگتے رہے۔ اور وہاں روشنی نظر آتی تھی۔

پھر وہاں سے آگے اُپستھ اِندری کی جڑ کے اُوپر پرانوں کا اکٹھا
ہونا معلوم ہوا اور وہاں پر روشنی بھی خوب ہوئی۔ وہاں سے چل کر نابھی
استھان آیا اور پران اکٹھے ہوتے ہوئے معلوم ہوئے۔ اور روشنی بھی
خوب ہوئی۔ یہاں پر قدرے درد بھی محسوس ہوا۔ یہاں سے پھر پران
اُوپر چلتے نظر آئے۔ روشنی بھی آگے آگے راستہ دکھلاتی ہوئی معلوم ہوتی
تھی۔ یہاں سے پھر ہردیہ چکر پر پران اکٹھا ہوئے۔ اور درد بھی قدرے
زیادہ ہوا اور روشنی بھی بہت زیادہ ہوئی۔ مگر یہ درد بہت جلد دُور
ہو گیا۔ پران سینے کی ناڑیوں سے ہو کر گلے کی طرف چلنے لگے۔ مگر میرا گلا
گھُٹنے لگا۔ سانس لینے میں تکلیف محسوس ہوتی تھی۔ جی بھی متلاتا تھا۔ منہ
سے بہت زیادہ پانی بہتا تھا۔ کھانے کو جی نہیں چاہتا تھا۔ اِس لئے بہتر
یہی سمجھا کہ قدم آگے بڑھانا چاہیئے۔ اِس بات کا سوچنا تھا کہ کالی

کے پیچھے درد ہونا شروع ہوگیا۔ مگر یہاں بھی یہی خیال تھا کہ "ہاریئے نہ ہمّت، بِسارئیے نہ رام"۔ اِس لئے پران آپ کی دیا سے جگہ چھوڑنے لگے اور کانوں کے سُوراخوں میں پہونچ گئے۔ تب ایسا معلوم ہوتا تھا جیسے کہ کانوں میں رُوئی بھر دی گئی ہو۔ باہر کی کوئی بھی آواز سُنائی نہ دیتی تھی

خیر! یہاں اُپدیش کے مُطابق پرانوں کی اُپاسنا ہی کرتے گئے وہ جہاں چاہیں وہاں ٹھہریں۔ جہاں چاہیں وہاں جائیں۔ کچھ دیر کے بعد پران دیوتا کنپٹی پر پہونچے تو معلوم ہُوا کہ جیسے سر کو کسی نے شکنجہ میں کس دیا ہو۔ ایسے میری کنپٹی کو کسی نے دبایا تھا۔ لیکن یہ سمجھ کر بطور سابق کہ یہ تکلیف بھی خود ہی رفع ہو جائے گی، سُرتہ کو ترکُٹی پر چلایا تب پرانوں نے اپنا راستہ نکال لیا۔ اور ترکُٹی پہ ٹھوکر مارنا شروع کیا۔ اب ایسا محسوس ہونے لگا جیسے کہ مینڈھا پیچھے ہٹ ہٹ کر ٹکریں مارتا ہے۔ اِسی طرح پران ترکُٹی پہ ٹھوکریں مارتے۔ اور ذرا نیچے اُترتے پھر ٹھوکر مارتے اور پھر نیچے اُترتے۔ یہ تکلیف بھی کچھ کم نہ تھی۔ پران جس وقت بھوؤں کے درمیان ناک کی جڑ پہ اکٹھے ہو جاتے تو از حد بُرا معلوم ہوتا تھا۔ کہ اب شاید ہی آگے راستہ کھُلے۔ یہاں تک کہ پران دو چار دِن میں ہی پہونچ گئے۔ مگر اب آگے کوئی راستہ نظر نہ آتا تھا۔ اور معلوم ہوتا تھا کہ آگے شاید ہی راستہ نظر آئے گا۔ مگر ہمّت نہ ہاری کیونکہ سُنا ہُوا تھا کہ سُرت کے ساتھ پران چلتے ہیں۔ اور میں یہاں تک کا تجربہ بھی کر چکا تھا۔ اِس لئے اُمّید تھی کہ اگر ابھی نہ ہو سکا، تو جب

آپ کے پاس رہنے کا موقعہ ملے گا تب دیکھا جائے گا۔ لیکن یہ تکلیف ناگوار معلوم ہوتی تھی۔ اور یہی طبیعت رہتی تھی کہ کسی طرح اس تکالیف سے چھٹکارہ حاصل ہو۔ اور اب دو، ایک دن کے بعد یہ حالت ہوگئی کہ جب بھی ابھیاس کرنا شروع کیا تو پران فوراً ترکٹی پر ٹھوکر مارنے لگے۔ تب میں نے سُرت کو اُوپر رکھنا شروع کیا۔ اور دو تین دن تک یُوں ہی ٹھوکریں سی لگتی رہیں۔ مگر کچھ پتہ نہ لگا۔ پھر پران پیشانی کی طرف زور مارنے لگے۔ تب تسلّی ہُوئی۔ اور پھر پران پیشانی کے اُوپر جو جگہ ہے اور چوٹی کے درمیان جو جگہ ہے وہاں پر پہونچنے لگے۔ اور وہاں پر دھکے مارنے شروع کر دیے۔ تب پھر میں نے سُرت چوٹی کی طرف چلائی۔ کیونکہ جب میں پڑھتا تھا، تو ایک سنیاسی نے بتلایا تھا کہ یہ چوٹی وہ نشان ہے، جہاں پر کہ یوگی اپنے پرانوں کو لے جاتے ہیں۔

خیر! جو ہو! میں یہاں تک تو اُپدیش کے مُطابق تماشہ ہی دیکھنا چاہتا تھا۔ اِس لئے سُرت کو آگے چلانے میں کچھ بھی پس و پیش نہ کیا۔ اور سُرت کا ہلنا تھا کہ پران ساتھ ہی چلے اور چوٹی کے مُقام پر ٹھوکریں مارنے لگے۔ دو تین دن تک یہ سلسلہ جاری رہا۔ مگر ابھی تک پران زیادہ نہ گئے ہوں گے، صرف پیشانی کے اوپر ہی تھوڑے سے گئے تھے۔ اور بہت سے ترکٹی کے اُوپر ٹھوکریں مارتے رہتے تھے۔

خیر! دو چار دن میں دو ایک دن کی چھٹی ہوگئی۔ تب میں ایکدن لگاتار دو ڈھائی گھنٹہ تک بیٹھا رہا۔ اور بہت سے پران پیشانی سے اُوپر

چلے گئے۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ شاید کھوپڑی نہ رہے گی۔ پران چاروں طرف پھیلتے تھے۔ اور اوپر اُڑنے کی بھی کوشش کرتے تھے۔ مگر دو ایک دن میں یہ تکلیف کم ہو گئی۔ پھر تو ایسا ہو گیا کہ پسلیاں بھی الگ الگ روشن نظر آنے لگیں۔ جس جگہ ہڈی ہوتی وہاں پر روشنی زیادہ نظر آتی۔ اسی طرح پنڈلی پر نگاہ ڈالنے سے ہڈی کے مقام پر بہت زیادہ روشنی دکھائی دی لیکن گوشت کی جگہ پر بے حد کم۔

ایک دن نابھی چکر کی طرف توجہ کی تو دیکھنا چاہا کہ سرپنی ناڑی نظر آتی ہے یا کہ نہیں؟ تب اُس کے چکر روشنی میں علیحدہ علیحدہ نظر آئے۔ ٹھیک ٹھیک تو معلوم نہیں ہوا۔ مگر شاید چار پانچ چکر تھے۔ اور اُس کا منہ اُوپر کی طرف تھا۔ قدرے کھُلا ہوا تھا جس کو دیکھ کر مجھے ڈر سا لگا تھا۔ یہ تماشہ میں نے پورے ڈیڑھ ماہ تک دیکھا۔ ازاں بعد میں نے پھر ترکُٹی پر درشٹی دینا شروع کی۔ تکلیف بھی ہوتی تھی۔ مگر گُرو دُو آگیا پالن کرنا ضروری تھا۔ تب کئی قسم کی اشیاء نیز صورتیں دوبارہ نظر آنے لگیں۔ اِس بار سادھوؤں کے درشن زیادہ ہوئے۔ ایک لنگوٹا لگائے، ایک چمٹا لیئے اور بھبھوت رمائے جٹاؤں والے مست چلے آتے تھے۔ جاڑے کی انہیں رتی بھر بھی پرواہ نہ تھی اور عورتیں بھی نظر آئیں جو کہ زبردستی مُنہ سے مُنہ ملاتیں اور بڑی کوشش کرنے پر ہٹتی تھیں۔ کبھی یہ صورتیں دائیں طرف سے بائیں طرف کو اور کبھی بائیں طرف سے دائیں طرف کو جاتی ہوئی نظر آتی تھیں۔ کبھی نزدیک آنا اور کبھی پرے ہٹ جانا۔ ایکدن تجربہ سے معلوم ہوا کہ جب دایاں سُور چلتا

ہے تب دائیں طرف اور جب بایاں سوَر چلتا ہے تب بائیں طرف صُورتیں نظر آتی ہیں۔ یعنی دایاں سوَر چلتے وقت، دائیں طرف سے بائیں طرف کو چلتی ہُوئی نظر آتی ہیں۔ اور جب پران مُنہ کو دبا کر سنکوچن کرتے ہیں تب صُورتیں نزدیک اور جب پران باہر کھینچتے ہیں تو صُورتیں بڑے ہوتی ہیں چونکہ مجھے ترکٹی پر پران رکھتے ہیں تکلیف محسوس ہوتی تھی، لہذا میں نے دوبارہ مندذکرہ بالا سلسلہ جاری کر دیا۔ لیکن پران اچھی طرح ترکُٹی پہ رُکتے بھی نہیں تھے، کچھ نہ کچھ اُوپر ضرور چلے جاتے تھے۔ ہاں روشنی کا زور وہیں تک رہتا جب تک پران ترکٹی تک رہے تھے۔ اور کبھی کبھی آکاش نظر آتا تھا۔ اور تارے بھی نظر آتے تھے۔ مگر فوراً ہی اُڑ جاتے تھے۔

اب، جبکہ پران قدرے اُوپر چلنے لگے تو اندھیری گُپھا سی نظر آئی اور پھر وہ گپھا بڑھتے بڑھتے آکاش جیسی ہوگئی۔ اور بہت سے پران اندر چلے جاتے ہیں اور سنسان میدان نظر آتا ہے۔ روشنی چندرماں کی سی رہتی ہے۔ کبھی کبھی تیز ہو جاتی ہے۔ مگر اب آنند آتا ہے۔ ابھیاس کے سمے دماغ کو تراوٹ اور آنکھوں کو تراوٹ معلوم ہوتی ہے۔ اور نیچے دِرشٹی دینے سے پران اُتر آتے ہیں۔ مگر سب نہیں آتے ہیں، تھوڑے تھوڑے کر کے اُوپر چڑھتے ہیں۔

(۲) بدی اشنیدوں کو تم نہ پڑھ سکو یا نہ پڑھنا چاہو، تو کوئی حرج نہیں۔

(۳) اب تھوڑے دِنوں کے بعد کرشن سُوامی تم سے بات چیت

کریں گے تو برہمچریہ کے متعلق اُنہیں سے طے کر لینا۔

(۴) ابھیاسیوں کو وِشو درشن ہوتا ہے۔ آپکو اُداسین درشٹی کے ساتھ دِرشٹا بنے رہنا چاہیئے۔

(۵) جہاں تک میرا انوبھو ہے، یہ بات اسمجھو ہے کہ پران برہمانڈ میں جائیں اور خشکی پیدا نہ ہو۔ البتّہ بھوجن کا اچھا انتظام ہونے، نیز ٹھنڈے استھان میں رہنے سے دِقّت نہیں ہوتی۔ اور بھجن ہوتا رہتا ہے تب پران برہمانڈ میں وِشیش رُوپ سے پہونچتا ہے۔ تو خُشکی بہت ہوتی ہے۔ پرنتو گھی، دُودھ، بادام نیز بادام روغن وغیرہ ایسی اشیاء کے استعمال سے خشکی رفع ہو جاتی ہے۔

(۱۲) یوگ نِدرا

(۱) جبکہ پران برہمانڈ میں چلا جاتا ہے، اور اُس کے بعد غفلت سی طاری ہو جاتی ہے، وہ تامسی نِدرا نہیں ہے۔ بلکہ ساتوِک یوگ نِدرا ہی سمجھنا چاہیئے۔ پرنتو یدی آپ ایسی اوستھا میں ٹھہر سکیں جس میں کہ نہ تو پُوری غفلت ہو، اور نہ پُورا ہوش ہی ہو، بلکہ جو حالت سونے سے پیشتر اور بیدار ہونے کے بعد ہوتی ہے، اُس میں رہ سکیں تو بہتر ہے۔

(۲) نیند دو قسم کی ہوتی ہے۔ ایک تو تامسی نیند جو کہ سب کو آتی ہے۔ دُوسری ساتوِکی نیند جو صرف بھجن کرنے والوں کو آتی ہے۔ تامسی نیند کے پہلے من اور بتّریہ دونوں سُست ہو جاتے ہیں۔ اور جسم بھاری ہو جاتا ہے

پران نیچے کو ہوتے ہیں۔ جیسا کہ سب لوگ محسوس کرتے ہیں۔ ساتوکی نیند
سے پہلے شریر اور ستّ دونوں ہلکے ہوتے ہیں۔ پران اُوپر کو جاتے ہیں۔ جس
سے سر بھر کر بھاری ہو جاتا ہے۔ پھر من دب جاتا ہے۔ دھیان بند کر کے
چُپ ہو جاتا ہے۔ اس کو دیوی نیند بھی کہتے ہیں۔ ساتوکی نیند تو
بڑے بھاگیہ سے ملتی ہے۔

دھیان کرتے کرتے جو ندرا کی اوستھا آتی ہے، وہ سوبھاوک ہے
اس لئے جب چِتّ دھیان کرنے کو بالکل نہ چاہے۔ اور چُپ رہنا چاہے
تب دھیان پر زور مت دو۔ اور اسے چُپ رہنے دو۔ جب کچھ دیر
کے بعد چلایمان ہو جائے تب پھر جاپ یا دھیان میں لگا دو۔ جب
پھر شانت رہنے کی اوستھا آئے تب پھر دھیان بند کر دو۔

اکثر ابھیاسیوں کو پران کی لئہ کی وجہ سے ایسی اوستھا آتی
ہے اور جب پران کی تیزی ہوتی ہے، تب وہ اوستھا شب و روز بہت
دنوں تک قائم رہتی ہے۔ رتمبھرا پرگیا بھی اسی اوستھا میں بڑھتی
ہے۔ ارتھات جو پھُرنا ہوتی ہے وہ پُوری ہو کر رہتی ہے۔ پھُرنا اچانک
ہوتی ہے۔

(۱۳۱) بِردھوں کا مارگ

اِتنا میں ضرور دیکھتا ہوں کہ جس مارگ پر جوان چل سکتے ہیں
اُس پر بُوڑھے نہیں چل سکتے۔ اس لئے اُن کو دُوسرے مارگ پر چلایا

جاتا ہے جس سے کہ وہ آرام کے سامنے چل سکیں۔ آخر میں ایک ہی استھان پر پہونچ جاتے ہیں۔

بلکہ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ بعض اتنی جلدی ترقی کر گئے کہ جوان پیچھے رہ گئے۔ یہ سب انکی شردھا، پرشارتھ اور ایشور کرپا کا نتیجہ ہے۔ نیموں سے بوڑھوں کو گھبرانے کی کوئی ضرورت نہیں۔ نیم تو سب پالن کرسکیں گے۔ اگر ان میں اِس مارگ پر چلنے کی شردھا ہے۔ صرف تجربہ کے طور پر کرنا چاہیئے۔ اگر نیموں کے پالن کرنے میں کمی نہ کی گئی تو ایک ماہ میں تجربہ ہو جائے گا۔ کہ آیا اِس طریقہ پر چلنے سے من کچھ بگڑ گیا ہے کہ نہیں؟

(۱۴) ابھیاس میں سپھلتا ایشور انوگرہ اور نج پُرشارتھ پر نربھر ہے۔

میرے اندر کوئی سامرتھیہ نہیں جو کہ میں کسی کا کچھ کرسکوں۔ میں تو ابھیاسی کی حالت دیکھ کر صرف نیم بتلا سکتا ہوں۔ اور ضرورت سمجھنے پر نیم بھی بتلانے پڑتے ہیں۔

ابھیاس میں ترقی ہونا یا نہ ہونا یہ سب ابھیاسی کے پرشارتھ اور ایشور انوگرہ پر منحصر ہے

مجھ میں تو کوئی سامرتھیہ نہیں کہ کچھ بنا سکوں۔ جو لوگ کچھ بنتے ہیں وہ محض اپنی کوشش نیز بھیہ سے بنتے ہیں۔ اِس لیے آپ کو اپنے پُرشارتھ اور ایشور انوگرہ پہ پورا بھروسہ رکھنا چاہیئے۔ پرتیک پُرش کا بھیہ اور پرشارتھ کچھ وِلکشنتا رکھتا ہے۔ اِس لئے پرتیک شریر نیز انتہ کرن میں وِلکشنتا ہوتی ہے۔

ہمت نہیں ہارنی چاہیئے۔ مجھ میں کچھ سمرتھ نہیں کہ دوسرے کا بیڑا پار کر سکوں۔ جبکہ میں خود کسی دوسرے پہ انحصار رکھتا ہوں۔

ہر ایک اِنسان اگر چاہے تو اپنا بیڑا آپ ہی پار کر سکتا ہے

میرے جیسے ادنیٰ انسان میں یہ سمرتھ نہیں ہے کہ میں وعدہ کر سکوں کہ آپ کو سچنا اوشیہ دِلا دوں گا۔ جہاں تک میں محسوس کرتا ہوں مجھے میرے اندر کوئی طاقت محسوس نہیں ہوتی۔ پھر میں کیسے کسی کو کسی بات کا بھروسہ یا یقین دِلا سکتا ہوں۔ اگر کچھ ہوگا تو ایشور انوگرہ اور آپ کے بھیہ پرتاپ اور پرشارتھ سے ہوگا۔

(۱۵) ویراگیہ اور ابھیاس

(۱) ابھیاس میں وِگھن

ابھیاس میں اُنتی نہ ہونے کا سبب سب سے بڑا، ویراگیہ کا پُورا نہ ہونا، یا یہ ہے کہ دِل میں بھگوان کے لیے پریم نہیں ہے۔ سنسار میں پھنسا ہے۔ دُوسرا گذشتہ جنم کے کرموں کا پھل ہے۔ تیسرا ابھوجن کا سانوک نہ ہونا ہے۔ یہ گُن اور کرم کے بھید سے دُو قسم کا ہونا ہے۔ چوتھا سدیپ استھان کا سانوک نہ ہونا ہے۔ پانچواں ورتمان میں دیوہار کا سانوک نہ ہونا ہے ـــــ

اِن کی تفصیل کے متعلق آپ خود غور کر سکتے ہیں۔

(۱۶) ویراگیہ کی کمی کی نشانیاں

من میں زیادہ سنکلپوں کا ہونا ویراگیہ کی کمی ثابت کرتا ہے جن باتوں سے چِت اُپرام ہوتا ہے، اُن کا سنکلپ نہیں کرنا چاہیئے۔ اگر کبھی اُن کا خیال، وِچار درشٹی سے آتا ہے تو وہ ویراگیہ کو مضبوط کرتا ہے۔ اور بندھن کا باعث نہیں بنتا۔ من چونکہ ستھر نہیں ہوتا اس سے معلوم ہوتا ہے کہ ویراگیہ کی کمی ہے۔ کیونکہ جہاں جہاں من پھنسا ہُوا ہوتا ہے، وہیں وہیں جاتا ہے۔ اُن ہی دیوہاروں میں پڑتا ہے۔ لیکن پُرشارتھ کرتے کرتے وہاں سے ہٹ جاتا ہے۔ اور پھر

اُدھر کا رُخ نہیں کرتا۔

(۲۳) ویراگیہ مضبوط کرنے کے طریقے

اگر کسی چیز کو چت چاہتا ہے اور ہم اُس کے حصول کو ٹھیک
نہیں سمجھتے تو ہم کو بڑی سختی کے ساتھ ضد کرکے حاصل نہ کرنا مُناسب
ہے۔ پھر کچھ عرصہ کے بعد چت خود ہی اُس کے حصول کا خیال ترک
کرکے چُپ ہو جائے گا۔ بغیر ہٹھ کرنے کے کوئی کام نہیں ہو سکتا۔
رِشتیوں میں دوش دِرشٹی، وِچار اور بھکتی سے پیدا کرنا چاہیئے۔ بات چیت
سے نیز ہمارے سامنے بیٹھ کر تجربہ کرنے اصلیت کا پتہ لگ سکتا ہے
اشیاء کے خواص کا علم، جسم کی حفاظت کے سوائے اور کسی مصرف
کا معلوم نہیں ہوتا۔ اور جو کتب مقدسہ کا مطالعہ کرتا ہے یا ست سنگ
کرتا ہے۔ یا کرم کانڈ کرتا ہے، وہ سب چت کو صحیح راستے پر لانے کے لئے
ہے۔ لہذا کتب مقدسہ کا مطالعہ، ست سنگ اور وِچار ویراگیہ کے
سنسکاروں کو مضبوط کرتا ہے۔
منش کی گتی کرموں کے مطابق ہی ہوتی ہے۔ اِس لیے
طاقت کے مطابق ویراگیہ بڑھاتے رہنا چاہیئے۔ اور پاپ سے
بچنا چاہیئے۔ دھرم کرم جتنا ہو سکے، کرتے رہنا چاہیئے۔

(۲۴) ویراگیہ کو خوب مضبوط کرو

جو لوگ اپنے تئیں جیون مکت خیالی کرکے پرمارتھ ترک کر دیتے

ہیں اور اپنے تئیں جیون مُکت سمجھ کر لاپرواہ ہو جاتے ہیں، وہ وقت پاکر گراوٹ محسوس کرتے ہیں۔ اِس لئے تم کو چاہیئے کہ محتاط رہ کر ویراگیہ کو خوب مضبوط کرو۔

میں اکثر ابھیاسیوں سے سُنتا ہوُں کہ بس اب کام ہو گیا۔ اب کچھ کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ لیکن جب وہ غافل ہو جاتے ہیں تب تھوڑے ہی دِنوں میں رنگ بدلا ہوُا دِکھائی دیتا ہے۔ اِس لئے تم کو اِس خطرہ سے بہت زیادہ خبردار رہنا چاہیئے۔ بالکل مر جانا چاہیئے تاکہ دوبارہ نہ مرنا پڑے۔

اور یہ دیکھو کہ سنسار میں تم کو رتی بھر بھی لگاؤ کہاں معلوم ہوتا ہے۔ گورُوکُل ہو یا گھر، سودیشی کا پرچار ہو یا ویدوں کا پرچار ہو یا کوئی دیگر دھرم کا کام ہو۔ تم پہاڑ پر ہو یا میدان میں ــــ سوچو کہ تمہارے اندر راگ ہے یا ویراگیہ؟ میدان میں جو جیون مُکت دِکھائی دے رہے ہیں، وہ سب اُچیہ کوٹی کے ہیں۔ لیکن میری بُدھی اُس اوستھا میں رکھنا نہیں چاہتی۔ شاید یہ میری بُدھی کا ہی نُقص ہو۔ لیکن کام تو مجھے اُس سے ہی لینا ہے نا؟

(۱۶) ویراگیہ اور یوگ

کوئی کریا یوگ ویراگیہ سے بڑھ کر پھل دائیک نہیں ہو سکتی۔

کمزوری نیز بیماری کی حالت میں ویراگیہ کا ہی سہارا رہتا ہے۔ جب دُوسرے ابھیاس بند ہو جاتے ہیں، تب بھی ویراگیہ کا ابھیاس چلتا رہتا ہے۔ بھوگ آنند کے سبب وِشے واسنا نہیں چھوٹتی۔ وِشے میں کوئی سُکھ نہیں ہے۔ لہٰذا اُسے سب سے پہلے ترک کرنا لازم ہے۔

سب ابھیاسوں میں ویراگیہ ہی سب سے بڑھ کر ہے نیز کلیان کرنے والا ہے۔ اِس لیے ویراگیہ بڑھاؤ۔ اپنی موٹی موٹی باسناؤں کی اصلیت پر وِچارو۔ اور چوبیس گھنٹے ایسا وِچار رکھو اور دیکھو کہ من کہاں اٹکا ہے؟ ویراگیہ اُتپن کرو اور بڑھاؤ۔ ہر شے کے نقائص کو دیکھو۔ اُن کے تھوڑے سے بہت فائدہ کو دیکھنے سے سنسار میں راگ بڑھا ہے۔ اب نقائص دیکھنے سے ہی راگ چھوٹے گا۔

ویراگیہ ہی سب سے مُکھیہ ہے۔ اِس کے بغیر کچھ بھی نہیں ہو سکتا پرانایام، ابھیاس کے بعد بھی ویراگیہ کی ضرورت نہیں رہتی ہے۔ اگر ویراگیہ پیدا ہو جائے تو پرانایام کی ضرورت نہیں۔ جس کو ویراگیہ نہیں اُس کو پرانایام چاہیئے۔ اگر ویراگیہ ہو تو خواب میں بھی افعال بد کا ارتکاب نہیں ہو سکتا۔ جیسے کوئی خواب میں دِشٹھا نہیں کھاتا۔ جب تک جسم میں راگ ہے تب تک سنسکار جنیہ سُپن ہوتے ہیں۔

پہلے ہٹھ سے وِشے کو ترک کر دو۔ پھر وچار وویک سے سنسکاروں کو چھِن بھِن کر دو۔ شراب اور ماس کا استعمال کرنے والے بھی ابھیاس میں کچھ ترقی کر لیتے ہیں۔ اِسی لئے تو ابھیاس میں تیری

رغبت نہیں۔ ویراگیہ ہی افضل ہے۔ ابھیاس میں ترقی ہونے پر اگر دیو ہار شُدھ نہ ہو تو اس سے پاپ لگے گا۔ جس کا کہ پھل بھوگنا پڑے گا۔ لہٰذا ویراگیہ نیز ایشور چنتن (یادِ الٰہی) لازمی ہیں۔ ویراگیہ کے سنسکار ہی مرنے کے وقت ساتھ رہتے ہیں۔ اگر ابھیاس میں چت نہ لگا ہو تو چنداں حرج نہیں ہے۔ تھوڑا سا کتبِ مقدسہ کا مطالعہ نیز جپ کرنا لیے ہے اور ویراگیہ کی طرف متوجہ رہے۔

ایک ابھیاسی کو اس قدر طاقت حاصل ہو گئی تھی کہ جو شخص اس سے ملنے کے لئے آتا، وہ بغیر دیکھے ہی اس کا پتہ لگا لیتا۔ ویراگیہ پختہ نہ ہونے کے سبب تھوڑے عرصہ کے بعد ایک عورت کی طرف راغب ہو گیا۔

ایسے ہی ایک دوسرے مہاتما کی داستان ہے۔ جنہوں نے کہ یوگ نیز بھگتی پر چند کتب بھی تصنیف کی ہیں۔ اور وہ اچھے ابھیاسی بھی تھے۔ ویراگیہ پختہ نہ ہونے کے سبب ۲ عورتوں کو اپنے پاس رکھ لیا۔ اور بس!

من کو ستھر کرنے کے لئے پرانا یام کی ضرورت نہیں۔ شاعری میں بھی دل لگنے لگتا ہے۔ ویراگیہ کو دل اپنے آپ کشش کرتا ہے۔ جن لوگوں کو ہم نے ہٹھ سے یا سنا سنا کر ابھیاس سکھایا، ازاں بعد وہ گر گئے۔ لہٰذا یم، نیم کا پالن کرنا ضروری ہے۔

اگر من نہ لگے تو بھجن کرنا ترک کر دو۔ جس چیز کی طرف من

دوڑے، اُس چیز کا نقص من کو دکھا دو۔ بار بار ایسا کرنے سے نُقص دیکھنے کے لیے ویراگیہ کے سنسکار مضبوط ہو جائیں گے۔ نہ تو بُرے سُپن ہی آئیں گے اور نہ من ہی چنچل ہو گا۔ سب سے بڑی بات تو یہ ہوگی کہ مرتے وقت صرف ویراگیہ کے وچار ہی ساتھ جائیں گے اور اگلے جنم میں پھر اُسی دُھن میں لگ کر کامیابی کا حصُول ہو گا۔

جب تک وِشیوں میں سُکھ محسوس ہوتا ہے، تب تک برہم آنند کا حصُول نہیں ہو سکتا۔ برہم آنند تو ابھی دُور ہے۔ ممکن ہے کہ اِس جنم میں اُس کا حصُول نہ ہو۔ لیکن جب وِشیوں میں سُکھ نہیں ہے تو اِس چیز کو ہٹانا بہت ضروری ہے

جو اشخاص یہ خواہش کر کے ابھیاس کرتے ہیں کہ تھوڑی بہت سِدّھی حاصل کر کے دیش اور جاتی کی خدمت کریں گے، وہ شانتی حاصل نہیں کر سکتے۔ کیونکہ ہر طرح کی خواہشات بُری ہیں۔ محض یوگ اور ویراگیہ کی اِچّھا اِس لئے اچّھی ہے کہ وہ دُکھ سے چُھڑاتی ہے۔

وِشیوں کو چھوڑ کر اگر من میں اُداسی آوے تو اُسے دُور کرنا چاہیئے۔ مُورکھ تو یہ کہنے لگتا ہے کہ دُکھ ہو رہا ہے۔

راج یوگ نیز ہٹھ یوگ میں یہی فرق ہے کہ ہٹھ یوگ سے جو پرانایام کیا جاتا ہے اُس کا نشہ تب تک رہتا ہے جب تک کہ من میں ویراگیہ رہتا ہے۔ بعد میں وہ ہٹ جاتا ہے۔ لہٰذا ہٹھ یوگ سے کام نہیں چلتا۔ یوگ درشن میں جو لکھا ہے، وہی ٹھیک ہے کہ

ویراگیہ ہی مکھیہ ہے۔ وشیوں کی اصلیت حیان لینے پر راگ چھوٹ سکتا ہے۔ سوچو! جسم بول وبراز سے بھرا ہے۔ اور ہمارا اِس میں لو! اس ہے اِس طرح وچار کرنے سے شریر میں آسکتی (رغبت) نہیں رہے گی۔ اور شریر میں چِت نہیں پھنسے گا۔ موہ، کام، کرودھ اور لوبھ کی جڑیں کھوکھلی ہو جائیں گی۔

ویراگیہ کے بغیر ابھیاس کا دعویٰ کرنا ڈھونگ ہے۔

بھجن کا پھل موہ ناش ہے

سوال:— مہاراج! میں کب سمجھوں کہ بھجن میں کامیابی ہو گئی ہے؟

جواب:— جب تیرے جوان لڑکے تیرے سامنے مرے پڑے ہوں اور تیرے دل میں دکھ بالکل نہ ہو۔

(۱۷) ویراگیہ اور برہم پراپتی

سوال:— کیا ویراگیہ کے بغیر بھی برہم پراپتی ہو سکتی ہے؟

جواب:— پہاڑ پر تو لوگ چکّر لگا کر چڑھتے ہیں۔ لیکن کئی بہادر شارٹ کٹ کرتے ہیں۔ یعنی سیدھی پگڈنڈی کے راستے شیر کی طرح پہونچنے کی سعی کرتے ہیں۔ لیکن پیٹھ پر پتھروں کی گٹھڑی ہونے کے سبب نیچے گرتے

ہیں ۔ وِشیوں میں چِت پھنسا ہوا ہونے کے سبب ساری محنت رائیگاں جاتی ہے ۔ برہم پراپتی نہیں ہو سکتی ۔ پہلے ویراگیہ ہونا ضروری ہے ۔

سوال :۔ سیدھا مارگ کیا ہے ؟

جواب :۔ بِھکار بُدھ پراپت کرو ۔ اُسی انوبھو پر کھڑے ہو جاؤ پیتل کو سونا مت سمجھو ، تبھی سنسار سے پیچھا چھوٹ سکتا ہے ۔ ویراگیہ کا مارگ بھی سیدھا مارگ ہے ۔

(۱۸) بھجن اور ویراگیہ

سوال :۔ میرا چِت بھجن کے لئے بہت کرتا ہے ۔ اِس کے لئے بھوجن کی وِشیش سامگری ہونی چاہیئے ۔ جس کے لئے یاچنا کرنی پڑتی ہے یہ دینتا اچھی نہیں لگتی ۔ اِس سمسیا کو کیسے حل کریں ؟

جواب :۔ جب تک چِت اِکچھاؤں کو کر رہا ہے ، تم بھکشو ہوئے مانگتے رہو ۔ مانگنا نہ چھوڑو ۔ ساتھ ہی چِت کو یہ بھی سمجھاتے رہو کہ اِس میں بھی دُکھ ہے ۔ اِس طرح بھجن سے بھی ویراگیہ بڑھاتے جانا چاہیئے بھجن کا بھی راگ چھوڑنا پڑے گا ۔ جب تک نہیں چھوٹتا اِس کے نِمِت بھی دین بن کر دُکھ سہتے رہو ۔ پُورن ویراگیہ سے ہی پرم شانتی مِل سکتی ہے ۔

(۱۹) کچھ نیم

آپ خوب نیم پورک رہیں۔ رہمچریہ پورا رکھیں۔ ایشور پر بھروسہ رکھیں۔ وہ آپکی سہائتا کریں گے۔ آپ کو چاہیئے کہ ابھی بھوجن بنانا سیکھنا شروع کر دیں۔ دال، چاول، ساگ بنانا کوئی مشکل بات نہیں ہے۔ تھوڑی تھوڑی روٹی بھی بنایا کیجیئے۔ اِس سے آپ کو بہت سوتنترتا ہو جائے گی۔

(۲۰) شُدھ اَنّ تھا ابھیاس

سوال :— مہاراج! یم نیم کا اچھی طرح سے یتھا شکتی پالن کرتا ہوں۔ دھارمک پرشوں کا انّ بھی ملتا ہے۔ پھر بھی من شانت نہیں ہوتا۔

جواب :— پرتی گرہ اِن سے من کا شدھ ہونا کٹھن ہے۔ جب میں اپنا کمایا ہوا انّ کھاتا تھا تو من اپنے آپ ہی شانت رہتا تھا اب دوسروں کا انّ کھاتا ہوں۔ دھیان یہی رکھتا ہوں کہ نیک کمائی کا کھاؤں۔ شردھالوؤں سے ہی لوں۔ جو کہ نشکام بھاؤ سے دیتا ہو۔ اُن کی سیوا بھی کرتا ہوں۔ پھر بھی من کو شانت کرنے کے لئے زور لگانا پڑتا ہے

•

یَم نیَم پالن کر لنے سے ہی چِتّ شُدھ ہوتا ہے۔ اور ٹھیک ٹھیک گیان ہونے لگتا ہے۔ اِسی سے ہی آگ اور موہ کی جڑ کٹتی ہے یعنیہ اور یہ ہیچر پُھیکھیہ ہیں۔ اِن کے انوشٹھان سے ہی کلیان کا مارگ سُوجھتا ہے۔ اور اُس میں دِرڑھتا ہوتی ہے۔

شریمد بھگوت گیتا کو بِنا اُنوبھَو کے سمجھنا اسمبھو ہے۔ یہ تو نِرا پریکش واد ہی ہے۔ ادھیاتم وِدّیا تو انوبھَو گمیہ ہے۔

بہت شاستر پڑھ لینے سے کیا لابھ؟

ہاں برہم نِشٹھ ستگورو کی آوشیکتا پڑتی ہے جو ٹھیک ٹھیک مارگ بتلا کر سنسار کے دُکھ سے مُکت ہونے کا اُپائے سُجھاتا ہے۔

•

آٹھواں باب

گیان وگیان

اگر میں ساگر

سوال :— بغیر وید شاستر کے مطالعہ کے گیان نہیں ہو سکتا ؟

جواب :— بہت شاستر پڑھنے کی ضرورت نہیں ہے ۔ سنجم ، ویراگیہ اور ستگورو کی خاص طور پر ضرورت ہے ۔ سنجم چل سکتا ہے ۔ کئی بڑے بڑے مہاتما ہوئے ہیں ۔ جو پڑھے لکھے بہت کم تھے ۔ یا بالکل ان پڑھ تھے ۔ مگر ان کو بہت اچھا انوبھو تھا ۔

آجکل لوگ تھوڑی بات میں یقین نہیں کرتے ۔ بہت شاستر پڑھنے سے ہی گیان کا حصول ہوگا ۔ ایسے بھرم میں پڑے ہوئے ہیں ۔

جنم یُوں ہی گنوا دیتے ہیں۔ انو بھو کو نہیں بڑھاتے۔ تم ذرا ساودھان
ہو کر دیکھو۔ تمہارے سامنے یہ وِشال سرشٹی ہے۔ اِن میں سوائے پانچ
اِندریوں اور اُن کے وِشیوں کے سوا کیا ہے؟

وِشے ہیں پرتھوی، جل، تیج، وایُو اور آکاش۔ جن کو تم
شروتر (کان) سپرش، چھشو (آنکھیں)، رسنا (زبان) تتھا
ناک دوارا جان رہے ہو۔ ممکنات سے ہے کہ اِس سے پرے بھی کچھ
ہو۔ لیکن اُس کو جان نہیں رہے۔ تمہارے ساتھ ایک ستھول شریر
بھی ہے جس میں کرم اور گیان کی اِندریاں ہیں۔ اور یہ بھی تہیں
پتہ چلتا ہے کہ ایک ایک اِندری کے ذریعہ ایک ایک وِشے
کا بودھ ہوتا ہے۔ ایک چیز اور بھی دکھائی پڑتی ہے۔ جو کہ ایک
اکیلی ہی پانچوں کو جان لیتی ہے۔ اُس کو من کہتے ہیں۔ وِشے
اور اِندریوں کا سنجوگ ہوتے ہی اُس میں گتی پیدا ہوتی ہے۔
اِس لئے وہ سنکلپ وِکلپ آتمک ہیں۔

کچھ ایک اور وستوئیں بھی دکھائی دیتی ہیں۔ جن کو ابھیاسی لوگ
اندریوں اور من کو جوڑنے والا جانتے ہیں۔ اُسے پران کہتے ہیں۔
جب من کسی بات کو جان لیتا ہے تو کوئی اُس کا نشچے کرتا ہے
اُسے بُدھی کہتے ہیں۔ کبھی کبھی پچھلی بات کا سمرن (یاد) بھی
کرتے ہیں جو اُس سمرتی کو سامنے لاتا ہے۔ اُسے چِت کہتے ہیں۔
بُدھی سے لے کر شریر تک جو کچھ بھی کاریہ ہوتا ہے، اُس سب

کو جاننے والا بھی کوئی ہے۔ اُس کو پُرش کہتے ہیں۔ پُرش سوئیم پرکاشں ہے۔ اُسے جاننے کے لئے دوسرے سادھن کی ضرورت نہیں۔ ان سبھی پدارتھوں میں تم دو موٹے پدارتھ دیکھتے ہو۔ پرورتن شیل (بدلنے والے) اور اپرورتن شیل (نہ بدلنے والے)۔ پرورتن کا نام سُکھ دُکھ ہے۔ وہ شریر آدمی میں ہوتا ہے۔ آتما میں نہیں کیونکہ اُس میں پرورتن نہیں ہوتا۔ وہ گیان سروُپ ہے۔ یدی انتہ کرن میں ہی سُکھ دُکھ ہے تو آتما کو سُکھ دُکھ کیوں محسوس ہوتا ہے — انتہ کرن تو آتما سے الگ شے ہے۔ پتہ لگتا ہے کہ اِن کے سنجوگ کا کوئی اور کارن ہے۔ اُس کو اہنکار کہتے ہیں۔ یہ اہنکار ہی دُکھ کا مُول ہے اور سنجوگ کا کارن ہے۔ اِس کو اسمتا کہتے ہیں۔ اِسی کو اوِدّیا کہتے ہیں۔ اوِدّیا کے معنی ٹھیک ٹھیک نہ جاننا نہیں۔

دراصل آتما میں سُکھ دُکھ نہیں ہوتا۔ بُدّھی میں ہی پریورتن ہو رہا ہے۔ پرنتو وہ اُسے اپنے آپ میں مانتا ہے۔ بس تمہیں اِتنی ہی باتوں کا پتہ لگ رہا ہے۔ پانچ کرم اِندریوں سہت شریر، پانچ اِندریاں پانچ وشئے، من، پران، چیت، بُدھی، اہنکار اور ایک سب کچھ جاننے والا آتما۔

تم یہ بھی جان رہے ہو کہ سنجوگ سے دُکھ ہو رہا ہے۔ پرنتو اُس دُکھ کو چاہتے نہیں۔ نہ چاہتے ہُوئے بھی کسی بڑی شکتی سے شاسک تم چکر میں پڑے ہو۔ اِس سمپورن نیم میں رکھنے والے کو، جس کی پریرنا سے

نکھشٹر، سُوریہ، چَندر آدی اپنے اپنے کاریہ کو کر رہے ہیں۔ ایشور مانتے ہیں۔ یہ بدّھی کا دشے تو ہے نہیں۔ انوبھو سے جانتے ہیں۔ اُسی انوبھو سے ایشور کو جانتے ہیں۔ ایشور ستچدانند سروپ ہے۔

تم ہی بتاؤ! اِس کے سوا اور کیا ہے کہ جس کو جاننا چاہیئے بہت شاستر پڑھ لینے سے ہی اِس سے ادھک کس بات کا پتہ لگ جائے گا۔ ہاں! یہ ہم لِنشچے ستگورُو کی آوشیکتا پڑتی ہے، جو ٹھیک ٹھیک مارگ تبلا کر اِس سنسار رُوپی دُکھ سے مکت ہونے کا اُپائے تبلانا ہے۔

(۲) ویدانت

خالی بحث مباحثہ سے کلیان نہیں ہو سکتا۔ منش فضول ہی واک یُدھ میں اپنا سمیہ برباد کرتے ہیں۔ برہم واد کے بھرم میں پڑ کر سادھن چھوڑ کر سِدھ بَن بیٹھے ہیں۔ وِشے واسنا کو ترک نہیں کر سکے۔ من ہمیشہ اشانت رہتا ہے۔ جھگڑے اور کاہش میں جیون ویتیت کرتے رہتے ہیں وہ آدی وِشتوں سے چھٹکارا حاصل نہیں کیا۔ مایا کے جال میں انیک پرکار سے پھنسے ہوئے ہیں۔ پھر بھی اپنے آپ کو ہی برہم مانتے رہتے ہیں۔

پھر یہ نہیں سوچتے کہ جب ایک آدمی بُوڑھا ہو جاتا ہے، تو اُس کو سب بابا کہنے لگتے ہیں۔ وہ کسی کو ایسا کہنے کے لئے نہیں کہتا اور نہ ہی وہ اپنے تئیں اُس لقب سے مخاطب کرتا ہے۔ اِسی طرح اگر تم

برہم ہو تو لوگ تم کو اپنے آپ ہی برہم کہیں گے۔ لیکن جب کوئی دوسرا تمہارے برہمتو کو جانتا ہی نہیں۔ اور تم خواہ مخواہ اہم برہم کا دعوے کئے چلے جاتے ہو۔ اور پھر جس دعوے کی ثبوت کی کوئی شہادت ہی دستیاب نہ ہو۔ اُس کے صحیح ہونے میں شک ہی ہے۔

پھر یہ بھی تو سوچو کہ جب ایک عام آدمی اپنے آپ کو نہیں بھولتا تو سچدانند سروپ پربرہم جو گیان سروپ ہی ہے، اپنے سروپ کو کیسے بھول سکتا ہے۔ اور اگیان، موہ، دُکھ میں کیسے پڑ سکتا ہے؟ سنسار کو سوپن وت متھیا ماننے میں انیک دوش آتے ہیں

(۱) سوپن بودھ ہونے پر نشٹ ہو جاتا ہے۔ پر سنسار بھاستا رہتا ہے۔ یدی نہ بھاسے تو برہم گیانی کا ویوہار کیسے چل سکے۔

(۲) سوپن میں ہر روز نئے نئے نظارے دکھائی دیتے ہیں۔ لیکن سنسار میں سبھی کچھ بدستور قائم رہتا ہے۔ اور ایک نظام کے تحت چلتا رہتا ہے۔

(۳) سوپن مختلف اشخاص کو مختلف صورتوں میں دکھائی دیتا ہے جبکہ جاگرت سنسار میں یکسانیت پائی جاتی ہے۔ اور اسی یکسانیت کے انحصار پر ہمارے معاشرہ کا تمام کاروبار چل رہا ہے

(۴) سوپن کا کارن بیج روپ جاگرت اوستھا ہے۔ پر سنسار سوپن کا کارن بیج سروپ کیا ہے؟ جو پورب جنم کے سنسکار مانیں تو پھر اُس کا کارن کیا ہے؟ ایسے کارنوں سے دوش تو ہی سِدّھ ہوتا ہے

آجکل بہت سے منش جو تھوڑا بہت پڑھے ہیں، وہ ویدانتیوں کے سنگ سے یا کوئی چھوٹی موٹی ویدانت کی پُستک پڑھ کر یا سُنکر ترک میں پڑ جاتے ہیں۔ کہ میں کون ہوں؟ کہاں سے آیا ہوں؟ کہاں جاؤں گا؟ وغیرہ۔ لیکن جس سے جیو کا کلیان ہے، اُس سے دُور رہتے ہیں۔ اِنہی ترکوں میں جیون ویتیت کر دیتے ہیں اور بنتا کچھ نہیں۔ ایشور بھگتی تو اُن سے ہوتی ہی کہاں ہے؟

لیکن دویت، ادویت کا جھگڑا فضول ہے۔ سنسار دُکھ سے چھوٹنے کے لیئے ویراگیہ کی بڑی بھاری ضرورت ہے۔ یم نیم کا پالن آہار ویوہار کی شُدھی، وِچار وویک پُوروک سنسار کا یتھارتھ بودھ پراپت کرنا نہایت ضروری ہے۔ سادھن کے بغیر کلیان کا ہونا ناممکن ہے۔ اگر موکھش سُکھ کی خواہش رکھتے ہو، تو فضول کی باتوں میں اپنا وقت مت گنواؤ۔ جیون بہت تھوڑا ہے۔ جلدی ہی اپنے آچار وِچار کو شُدھ کر لو۔ پربھو کی شرن میں پڑو۔" شرن گہے کی لاج"، وہ اوشیہ رکھتے ہیں۔ جو سچی لگن سے اُس کا دروازہ کھٹکھٹاتا رہتا ہے، اُس کی کبھی نہ کبھی شنوائی ضرور ہوتی ہے۔

سوال:۔ کیا دویت ماننے سے گھاٹے میں نہ رہو گے؟

جواب:۔ ہمیں ضد تو نہیں ہے۔ جب انُوبھو میں آجائیگا تب مان لیں گے۔

سوال:۔ شرُتی تو ادویت کا بکھان کرتی ہے۔

جواب :۔ شرتی کا ارتھ تو لوگ بھِنّ بھِنّ کرتے ہیں۔ آپ اپنے انوبھو کی بات کہیئے۔ یدی انوبھو میں آ ملے ہے تو مان لوں گا۔

سوال :۔ شریر چھُوٹنے پر انوبھو ہوگا۔

جواب :۔ اُس سمے جیسا انوبھو ہوگا ویسا مان لوں گا

سوال :۔ سنسار اَنتی، بھاتی، پریہ رُوپ ہے۔

جواب :۔ سنسار اَنتی بھاتی تو ہے پَر پریہ رُوپ نہیں ہے سُکھ کا سُروپ تو کیول آتما ہے۔

(۳) شنکر ویدانت

سوال :۔ مہاراج! ویدانت کا پُورن رہسیہ شنکر ویدانت کہا جاتا ہے جو کہ ایودگھات میں ہے۔ میرا یقین اِسی سے ویدانت پر ہُوا ہے۔ میری دِلی خواہش ہے کہ میں ایکبار اِسے آپ کو سُنا دُوں۔ جب تک میں کہہ نہ چکوں آپ بولیئے گا نہیں۔

جواب :۔ سُنائیے! میں بغور سُنوں گا، بعد میں جیسا سمجھ میں آئے گا ویسا کہُوں گا۔

سُن لینے کے بعد مہاراج بولے ـــ "اِس ویدانت کو میں بھی مانتا ہُوں۔ اِس کو سمجھانے کے لئے شنکر آچاریہ جیسا ہی دِماغ چاہیئے۔ اِس کو سمجھنا بنا انوبھو کرنا بڑا مُشکل ہے۔ یہ بہت اُونچی بات ہے۔

(۴) اُپنشد کی شِکھشا

اُپنشد کی شِکھشا کا ادھیکاری کون ہے؟

اِس میں شک نہیں کہ اُپنشدوں کی شِکھشا [illegible] انمول ہے۔ اُس کا ٹھیک طور پر سمجھ میں آنا بہت مُشکل ہے۔ اِسلئے بعض لوگ ادھیکاری نہ ہونے سے اُلٹا پُلٹا سمجھ کر نقصان بھی اُٹھاتے ہیں۔ اُن کا ادھیکاری وہی ہے جن کو سنسار سے ویراگیہ ہے۔ تپسوی ہے اور آتم درشی ہے۔ کام، کرودھ، موہ، لوبھ، اہنکار سے مُکت ہے۔ جہاں تک تم عمل میں لاسکو اور عمل کرکے انوبھو کرسکو، وہیں تک گرہن کرو۔ باقی کی ابھی پرواہ نہ کرو۔ ورنہ نُقصان ہونے کا اندیشہ ہے۔

(۵) ویدوں کو پڑھنے پڑھانے اور انواد کرنے کا ادھیکاری کون ہے؟

جب سے میں اِس مارگ میں چلا ہُوں اور جب سے ایشور انوگرہ کا انوبھو ہونے لگا ہے، تب سے شاستر پر بے حد شردھا ہوگئی ہے۔ جو نشکپٹ آریہ سماجی ہیں، اُن کی سیوا میں میں صدق دلی سے یہ نویدن کرچکا ہُوں کہ (۱) میں ویدمنتروں کا غلط ارتھ کرنا پاپ سمجھتا ہُوں۔

جبکہ کسی منش میں اپنی یوگیتا نہ ہو کہ وہ نشچت روپ سے یہ کہہ سکے، کہ جو ارتھ وہ کر رہا ہے، وہ بالکل صحیح ہے، تب تک، اس کو من مانا ارتھ نہیں کرنا چاہیئے۔ یدی اس نے کیا ہے یا کرتا ہے، تو وہ پاپ ہے۔ (۲) بنا اپنے اندر پورن یوگیتا کے دوسروں کو وید پڑھانا بھی پاپ ہے۔ (۳) جس کو ویدوں میں شردھا اور بھگتی نہ ہو، ارتھات جو ادھیکاری نہ ہو، اس کو پڑھانا بھی پاپ ہے۔ (۳) جس کو ویدوں میں شردھا اور بھگتی نہ ہو، ارتھات جو ادھیکاری نہ ہو، اس کو بھی پڑھانا پاپ ہے۔

(۶) کرم کا پھل ایشور آدھین ہے۔

جو کرم کیا جاتا ہے وہ سمے پاکر اپنا بھوگ ضرور بھگواتا ہے۔ یہ ایشوری نیم ہے۔ اس کو دھیریہ کے ساتھ برداشت کرنا چاہیئے۔ اور ایشور کا چنتن رکھنا چاہیئے۔ وہی ہر سمے اپنے بھگتوں کی رکشا کرنے والے ہیں۔

(۷) دو پرکار کے شاستر واکیہ

"منوسمرتی" میں دو پرکار کی باتیں ہیں۔ ایک تو وید کے آدھار پر دھرم اپدیش۔ جو کہ سب منشیوں کے لیئے آشرموں کے مطابق ضروری ہے۔ دوسرے سمے کے مطابق رواج جو کہ زمانے کے بدلنے پر تبدیل

ہو جاتے ہیں۔

(۸) سنیاس سے گرہست میں جانا پاپ ہے

پرائشچت رہسیہ

یہ میری بھی بھول ہے کہ میں اپنے کشٹ کی پرواہ نہ کر کے بھی دوسروں
کی پرارتھنا پر، بھیچس کر اپنی سہایتا دینے کو تیار ہو جاتا ہوں، کہ پھر
میں اُسے سنبھال نہیں پاتا۔ جیسے گھڑے میں زیادہ پانی ڈال دینے
سے وہ باہر نکل پڑتا ہے۔

خیر! چونکہ میں یہ سب کچھ نیک دلی سے کرتا ہوں۔ لہذا پرماتم
دیو مجھے اُس کے بدلے میں اچھا ہی پھل دیتے ہیں۔ لیکن دوسرا، جو
بنتا ہے اور اصلیت کو چھپاتا ہے، وہ گرتا ہی ہے۔ اُس کی ترقی رُکی
رہتی ہے۔ سنیاس سے گرہست میں جانے کے لئے کوئی ودھی نہیں ہے
اور شاستر کی درشٹی میں یہ اِتنا پاپ ہے کہ کبھی پرائشچت سے اُس
کی شانتی نہیں ہو سکتی۔ اِس لئے شاستر اِس وِشے میں چپ ہے۔
ایک دن کا برت [illegible] تین ہزار گائیتری کا جپ، تو کوئی معنی نہیں رکھتا
جب مُنڈن کی مریادھی بھرشٹ ہو گئی۔ اور اُس کو ایشوریہ دنڈ کا بھے نہ رہا
تب وہ گھر ہمارے سے نہیں رُک سکتا۔ یدی راج دنڈ ہوتا تو ضرور
ڈرتا۔ خیر! مجھے کیا یہ سب اچھا ہے۔ میرا درد [illegible]

کہ جو سچے دِل سے ایشور کی شرن میں جاتا ہے، اُس کو وہ ضرور بندھن سے مُکت کرتے ہیں۔ جو لوگ سنیاس سے دوبارہ گرِہست میں چلے جاتے ہیں، اُنکی بُدّھی پر مجھے افسوس آتا ہے۔ وہ پراشچت کے رہسیہ.. (PHILOSOPHY) کو نہیں سمجھتے۔

(۹) آدھونِک سماج ویوستھا

ابھیاسیوں کے مارگ میں وِگھن، بھجن اور ویوہار شُدّھی میں گھنِشٹ سمبندھ

(۱) آجکل سماج کی اوستھا اِتنی بگڑی ہوئی ہے، کہ لوگوں کا دھیان ویوہار شُدّھی کی طرف بہت کم ہے۔ اِس لئے جب کوئی ابھیاس کے لئے آتا ہے، تب پہلے ویوہار شُدّھی کے لئے کہنا پڑتا ہے۔ اِس میں اِتنی اڑچنیں پیش آتی ہیں کہ جِن کے حل کرنے میں بہت مغز ماری کرنی پڑتی ہے ــــ (۲) کوئی کوئی تو ویوہار شُدّھی کی بات سُنکر ہی ہٹ جاتے ہیں۔ اور کوئی کوئی کرنے کے لئے کہتے ہیں۔ لیکن جب اُن سے باقاعدہ پرتگیا کرنے کے لئے کہا جاتا ہے، تب اِنکار کر دیتے ہیں۔ ایسے کوئی بِرلے ہی نکلتے ہیں جو کہ سب پرکار سے درڑھ ہوں ــــ (۳) اب تک کسی نے ویوہار شُدّھی کے لئے آگے کے لئے پرتگیا بھی کر لی۔

توجو گھرنت آچرن (قابلِ نفرین چال چلن) اُس نے پہلے رکھا ہے، اُس کے لئے پرائشچت کرانا ضروری ہو جاتا ہے۔ یہ سُنکر کئی گھبرا جاتے ہیں اور اگر پرائشچت کرنے کے لئے ہمت کی تو بعض تو کٹھنائیاں پڑنے پر درمیان میں سے ہی چھوڑکر بھاگ جاتے ہیں۔ اور بعد ازاں دوبارہ آکر ابھیاس کے لئے مقتضی ہوتے ہیں۔ لیکن جب مُناسب نہ سمجھ کر اُن کو جواب دے دیا جاتا ہے، کہ تم ابھی ادھیکاری نہیں ہو، تو وہ دُشمن بنجاتے ہیں ـــــ (۴) جو پرائشچت کر کے دیوہار شُدھی پر کمربستہ رہنا چاہتے ہیں، اُن کے سمبندھی اُن کے راستے میں رکاوٹیں ڈال دیتے ہیں اور مجھے خوُب خوُب گالیاں دیتے ہیں۔ کہ اُس نے (راقم الحرُوف سوامی سیارام) نے ہمارے بچوّں کو یا پتی کو بگاڑ دیا۔ ہمارا گھر تباہ کردیا۔ وغیرہ۔ (۵) اب جو لوگ خوُب ہمّت وحوصلہ سے کام لے کر اُپدیش پر چلنے کے لئے تیّار ہیں، اُن کے یُدّھ میں اُنہیں وقت کے مُطابق سہائتا دینی ہی پڑتی ہے ـــــ (۶) بعض لوگ ایسے بھی آتے ہیں جو کہ بھگت کہلاتے ہیں۔ کیونکہ وہ سادھو سنتوں کی سیوا کرتے رہتے ہیں اور وہ اُنہیں بھگت کا لقب دے دیتے ہیں۔ لیکن جب اُن کا چال چلن دیکھا جاتا ہے تو نفرت ہوتی ہے۔ اُن کو بھی جب متذکرہ بالا باتیں کہی جاتی ہیں تو وہ اپنی بے عزّتی سمجھ کر چلے جاتے ہیں (۷) شہری لوگ اکثر عورتوں سے دبے رہتے ہیں۔ اِسلئے اگر اُنکی بیویاں نہ چاہیں تو اُن کو کھانے پینے میں بڑی مُشکلات پیش آتی ہیں۔ یہ بھی ایک بڑا

زبردست وِگھن پڑتا ہے۔ اگر وہ اِس وِگھن کو برداشت بھی کر لیں تو ازاں
بعد بیوی کی طرف سے ایسی سخت دھمکیاں ملتی ہیں کہ وہ بیچارے خوفزدہ
چھوڑ دیتے ہیں۔ ایک مدرّس کے متعلق مجھے معلوم ہے کہ اُس کی اوستھا
بہت اچھی ہو گئی تھی لیکن بیوی نے جب اُس کو دھمکی دی تب اُس کو
ابھیاس بالکل ترک کر دینا پڑا اور اِس کے بعد وہ پھر کبھی میرے پاس نہیں
آیا۔ اب عورتوں کا حال سُنیے! اُن کو ویوہار شُدھی کی باتیں سمجھانے
کے لئے مردوں کی نسبت بہت زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے۔ کیونکہ اُن میں
جو تُرٹیاں ہیں وہ اُن کے سوبھاوِک گُن ہیں۔ اِسلئے وہ اُن کو دوش
نہیں خیال کرتیں۔ اِسلئے اُن میں سے بہت سی تو ہمّت ہار جاتی ہیں۔
لیکن جو ہمّت کرتی بھی ہیں تو کئی اڑچنیں پیش آ جاتی ہیں۔ اور اگر اُن
میں سے بعض اُن اڑچنوں کے ہوتے ہوئے بھی جُوں تُوں کر کے تباہ
کرنے کی ہمت کر بھی لیتی ہیں تب اُن کے سمبندھیوں کی طرف سے اُن
کے سانوِک کھانے پینے میں روکاوٹیں ڈالی جاتی ہیں۔ اور اِس طرح
سے اُن کو کامیابی کے حصُول کے لئے کافی جد و جہد کرنا پڑتی ہے۔ ایسی
بہت ہی کم خوش قسمت ہوتی ہیں جِن کو کہ اِس معاملہ میں پُورے طور پر
آزادی حاصل ہو۔ (۹) ایک بات یہ بھی دیکھنے میں آتی ہے کہ جو لوگ
پہلے سچرترتا (پاکیزہ چال چلن) کا پُختہ عہد کر کے بھجن میں لگ بھی
جاتے ہیں۔ بعد ازاں اُن کے ویوہار میں خرابی آ جاتی ہے۔ اور جب وِگھن
پڑتا ہے تو پھر آ کر مجھے تنگ کرتے ہیں۔ جب اُنکو میں شرمندہ کرتا ہُوں،

کہ ویوہار میں ترٹی کیوں آئی ہے تب وہ بات بیناکر دوبارہ ویوہار کو ٹھیک رکھنے کا وعدہ کرتے ہیں۔ اور کئی تو ویوہار شدھی کو مشکل ترین خیال کرکے اپنی کوششیں ترک کر دیتے ہیں۔ اور اُلٹا میرے مخالف ہوکر مجھے بُرا بھلا کہنے لگجاتے ہیں۔

(۱۰) مُورتی پُوجا

سوال :۔ یہاں کے لوگ اشکششت ہیں۔ سبھی دیہ ورِدھ مُورتی پُوجا کرتے ہیں۔ آپ مُورتی پُوجا کا کھنڈن کیجیئے۔

جواب :۔ صرف سُناتنی ہی مُورتی پُوجک نہیں ہیں بلکہ جملہ مذاہب کے پیرو مُورتی پُوجک ہیں۔

سوال :۔ آریہ سماجی تو مُورتی پُوجا نہیں کرتے، وہ تو مُورتی پُوجا کا کھنڈن کرتے ہیں۔

جواب :۔ مُورتی پُوجا کے معنی ہیں کلپنا (تصوّر) کرکے ایشور کی اُپاسنا کرنا۔ کوئی "سہسر شیرشا پُرش" کہتا ہے۔ کوئی "اوم" کہتا ہے۔ گاڈ اللہ، رام، کرشن سبھی ایشور کے نام نہتا کا لپنک سنکیت ہیں۔ یہ ہیں بھی کلپنیائین ہی۔ اگر "اوم" ایشور کا نام ہے تو اوم کہتے ہی سب سنسار کو پتہ لگ جانا چاہیئے کہ ایشور کا نام لیا جارہا ہے۔ لیکن مسلمانوں، عیسائیوں، نیز دیگر اُن کو جو کہ اِس سے واقفیت نہیں رکھتے، کچھ پتہ نہیں چلتا۔ شبد تو سنکیت ہے۔ جن کو اِس سنکیت کا پتہ ہے، وہ اُس کو

ایشور کا نام مانتے ہیں۔ اِس طرح مُورتی بھی ایک سنکیت ہے۔ جو اُس میں جیسی بھاونا رکھتا ہے، ویسی ہی وہ اُسے دکھائی دیتی ہے۔ جو کچھ اِندریوں کے وِشیوں کے انترگت ہے، وہی مُورتی ہے۔ اور جو اِندری گوچر نہیں، وہ امُورتی ہے۔ ایشور اِندریوں کا وِشے نہیں۔ لیکن شبد اندریوں کا وِشے ہے۔ سناتنی رُوپ کے سہارے ایشور کی پُوجا کرتے ہیں تو آریہ سماجی شبد کے سہارے مُورتی پُوجا کرتے ہیں۔ ہیں دونوں ہی مُورتی پُوجک۔ ہاں اِتنا فرق ضرور ہے کہ آریہ سماجی سُوکشم مُورتی پُوجک ہیں۔ شبد رُوپ سے زیادہ سُوکشم ہے۔

(۱۱) ایشور سرشٹی

سوال :۔ مہاراج! ایشور نے یہ سرشٹی کیوں بنائی؟

جواب :۔ سرشٹی میں انیک نیم کام کرتے دکھائی دیتے ہیں۔ اِس میں جتنی وِچترتا ہے وہ سب موہ میں پڑ کر پرانیوں کو اپنی طرف کھینچتی ہُوئی دکھائی دیتی ہے۔ سنسارک واسناؤں میں پھنسے جیو جب سرشٹی کی سوویوستھا، دیکھو، سوندریہ تیز وِچترتا کو دیکھتے ہیں تو اُن کا دھیان اُس کے پالک کی طرف ضرور جاتا ہے۔ اِس طرح وِچار کرتے کرتے سرشٹی کی بجائے اُن کا پریم پربھو کی طرف ہونے لگتا ہے اور آہستہ آہستہ اپنا سب کلیان پربھو کے سنمکھ رہنے میں ہی ماننے لگتے ہیں۔ مُوڑھ جیوؤں کو رِجھانے کے لئے ہی نیز اُن کے کلیان کے لئے ہی پربھو نے یہ سرشٹی رچی

ہے۔ سرشٹی کا لکش منش کا بھوگ اور اپورگ ہے۔

سوال :۔ اِس سرشٹی کو بنایا کیسے ہوگا؟ اور اِس کی ویوستھا کیسے کرنا ہے؟

جواب :۔ کوئی سوال جب سمجھ میں نہیں آتا تو دل کو کیسا محسوس ہوتا ہے؟

سوال :۔ دُوسرے کی مدد لی جاتی ہے۔ اگر پھر بھی حل نہ ہو تو چھوڑ دیا جاتا ہے۔

جواب :۔ ایکبار بھگوان بُدھ سے اُن کے پرم شِشیہ آنند نے پُوچھا ــ مہاراج! یہ سرشٹی کیسے بنی ہے؟ گوتم دیو چُپ رہے۔ پھر دریافت کیا۔ وہ پھر بھی چُپ رہے۔ تیسری بار پُوچھا۔ تب بھگوان بُدّھ نے کہا۔ جب تم شِشیہ ہُوئے تھے تو کیا میں نے تم سے پرتگیا کی تھی کہ میں تمہارے ہر سوال کا جواب دُوں گا۔ مہاپُرش فضول کے لئے کسی کو اُلجھنوں میں نہیں ڈالتے۔ بُدھی کا بھی سنجم ضرُوری ہے۔ جس وِشے سے کچھ فایدہ نہیں اُس کی طرف توجّہ ہی کیوں دی جائے؟ لکش (مقصد) تو آنند پراپتی (راحت دایمی کا حصُول) ہے۔ دُکھ سے نجات حاصل کرنا ہے۔ بھگوان بُدّھ نے اپنے نِنّیں سروگیہ نہیں کہا۔ شانتی کا راستہ دکھایا ہے۔ جیسے سُوارتھ دشٹ ایسی لیلا کرنے لگجاتے ہیں۔ بھرم پھیلا کر گورُو کو بھی کشٹ میں ڈالتے ہیں۔ اِس لئے ہر ایک سوال کا جواب مت تلاش کرو۔ دُکھ کو وِچارو اور اُس کو انوبھو کرو۔ ایشور ہے یا نہیں۔ تم کو

ایشور سے کیا لینا ہے ؟ پہلے اپنے تئیں ادھیکاری بنا لو۔ اپنے ویوہار کو شُدّھ کرو۔ شاستر کی مریادا پر چلو۔ تب پاپ سے مُکت ہو کر پوتر ہردے میں بھگوان کا گیان پراپت کر سکو گے۔ پاپ کو چھوڑے بغیر اُس کے غم میں مبتلا ہونا فضول ہے۔

وہ بخشا جائے گا، توبہ کرلیگا جو صدق دِل سے
دِکھاوے کی فقط شرمندگی سے کچھ نہیں ہوتا!
یہ مت سمجھو خُدا کی تندگی سے کچھ نہیں ہوتا
خُدا سے دُور رہ کر آدمی کچھ نہیں ہوتا!

(۱۲) ہَوَن

جیسے بھُوک کی تکلیف کو دُور کرنے کے لئے آپ اتنی دُور سامان خورد و نوش لانے کے لئے جاتے ہیں، ایسے ہی اگر آپ کو اِس بات کا یقین ہو کہ انتہ کرن کی شُدّھی (پاکیزگی قلب) کے لئے ہون کرنا بھی ویسا ہی ضرُوری ہے، تو آپ بھُوک کی تکلیف کی بھی پرواہ نہ کرتے ہُوئے پہلے اِس دھرم نیم کا پالن ضرُور کریں۔ لیکن انگریزی پڑھے لکھوں کو شاستر میں یقین ہی نہیں۔ جیسے جسم کے لئے دُور جا کر خوراک لے آتے ہیں ویسے ہی انتہ کرن کے لئے بھی تکلیف نیز خرچ کی پرواہ نہ کرتے ہُوئے بھی ہَوَن ضرُور کرنا چاہیئے۔ ہَوَن کے منتر آپکو نہ آتے ہوں تو گائتری منتر سے کبیس بارہ آہوتی دے دیا کریں۔ اُسی کے ارتھ پر دھیان رکھیں۔ سب سامگری

اکٹھی کر کے رکھ لیجئے۔ ایک آہوتی تو ماشہ کی کافی ہوگی۔ یا قدرے کم ہو۔ سامگری کے وزن کے بارے میں کسی پنڈت سے دریافت کر لیں۔ آریہ سماجی ہوں یا سناتنی۔ گھی خالص دیسی ہونا چاہیئے۔

سوال :۔ سنیاسی کے لئے تو ہون کا ودھان نہیں۔ تو پھر آپ اس کرم کو کیوں کرتے ہیں؟ ویسے بھی ہون سے کیا فایدہ ہے؟

جواب :۔ شاستروں کی جو آگیا ہے وہ ہمارے کلیان کے لئے ہی ہے۔ اُن کا جو آشیہ ہے سو وہ جانیں۔ لیکن اتنا انوبھو میں آتا ہے کہ منش کا سوکشم شریر وایُو سے بنا ہے۔ اس کو شدھ کرنے تیز قایم رکھنے کے لئے ہون سے بہت بڑی مدد ملتی ہے۔ شہروں کی آب و ہوا اکثر خراب ہی ہوتی ہے۔ شہر میں آ کر جی اداس ہو جاتا ہے۔ ہون کرنے سے کچھ سہارا رہتا ہے۔ اور یہاں کی بدبودار ہوا کو برداشت کرنے کی ہمت پیدا ہو جاتی ہے۔ پہاڑوں پر بھی ہون کرنے سے لابھ ہوتا ہے اگر نہ بھی کریں تو بھی گزارہ ہو جاتا ہے۔ شاستروں میں گرہستیوں کو پاپ نوارن ارتھ ہون کرنے کی تلقین کی گئی ہے۔ لیکن ابھیاسی چاہے کسی بھی آشرم میں ہو اُس کے لئے تو یہ فایدہ مند ہی ہے۔ چت کا پرساد پائے بغیر منش سادھن میں ترقی نہیں کر سکتا۔

(۱۳) تیاگ کا ابھیمان

تیاگ کا ابھیمان بھی بے معنی ہے۔ دنیا میں ہر انسان راحت کا

مُتلاشی ہے۔ اور دُکھ سے چھٹکارہ چاہتا ہے۔ ہر انسان تکلیف دہ اشیا کو ترک کرتا ہے۔ تو اُس کی اِس میں کون سی بہادری ہے۔ ہاں سُکھ دائیک سمجھ کر چھوڑے تو اور معاملہ ہے۔ لیکن اِس کا تیاگی شاذ ہی نظر آتا ہے جو دُنیا کو سُکھ دائیک سمجھ کر ترک کر دے۔ اور ایسا ہے بھی نامُمکن۔

سوال :- آپ نے تو بہت بڑا تیاگ کیا ہے ؟

جواب :- کیا تیاگ کیا ہے ؟ دُکھ تو چرند پرند بھی بھو گتے ہیں۔ جہاں مچھّر ہوتے ہیں وہاں سے گائے بھینسیں تبھی بھاگ جاتی ہیں۔ اگر ہم نے بھی سنسار کو دُکھ رُوپ خیال کر کے چھوڑ دیا تو اِس میں بہادری کیا ہُوئی ؟

سوال :- مہاراج ! آپ نے پروفیسری ترک کی اور اِدھر آ کر کچھ تو حاصل کیا ہوگا۔ تبھی تو آپ نے سب کچھ ترک کر دیا ہے۔

جواب :- جو گانٹھ میں تھا وہ بھی کھو بیٹھے۔ کچھ حاصل ہوا ہو ایسا تو پتہ نہیں چلتا۔ جو یاد تھا اُسے بھُلانے میں ہی لگے ہُوئے ہیں۔

سوال :- تو آپکو گنت (ریاضی) ــــ (ECNOMICS) پڑھنے سے کچھ فایدہ ہوا ہے یا نہیں ؟

جواب :- بس اِتنا ہی فایدہ ہُوا ہے کہ ٹھیک ٹھیک وچارنا آ گیا ہے۔

(۱۵) دُکھ درشن

سوال :۔ آپ گرہستیوں کے پاس کیوں رہتے ہیں ؟ آپ ایسے مہاتماؤں کو تو تیرتھ استھانوں میں ٹھہرنا چاہیئے۔ کیونکہ آپ کے کارن ہی تیرتھوں کی شوبھا ہے۔

جواب :۔ گرہستیوں کے ہاں ٹھہرنے سے وہاں کے دُکھ دیکھنے میں آتے ہیں۔ اِس سے ویراگیہ کی پُشٹی ہوتی ہے۔

(۱۶) کال اور اکال مرتیو

وہ کہتے ہیں کہ میرا یہ سال اکال مرتیو کا ہے جو کہ علاج سے ٹل سکتا ہے۔ میری سمجھ میں اکال، کال مرتیو نہیں بیٹھتی۔ میں سمجھتا ہوں کہ جب تک شریر کا بھوگ ہے، شریر اوشیہ رہے گا۔ بھوگ ختم ہونے پر علاج کارگر نہیں ہو سکتا۔

(۱۷) درشٹا بنا رہوں

شریر سے لابھ ؟

لیکن جس اِنسان کو اِس سنسار میں سُکھ نہ محسوس ہو، شریر سے کوئی لابھ پرتیت نہ ہو۔ بلکہ قیدخانہ معلوم ہو، اُس کے لئے یہ کتنی جہالت کی بات ہوگی کہ وہ ایک طویل عرصہ تک جینے کا سنکلپ کر کے قید کی معیاد کو بڑھانے کی خواہش کرے۔

مجھے زندگی نہیں چاہیئے، مجھے زندگی کی دُعا نہ دے

ایسی شدید خواہش بھی نہیں ہوتی کہ ہٹھ سے شریر کو ابھی چھوڑ دوں بلکہ اِس برتی میں سُکھ معلوم ہوتا ہے کہ جیسا ہوتا ہے ویسا ہونے دُوں۔ میں درشٹا بنا رہوں۔ اُداسین برتی کے ساتھ جب دُکھ ہو تب جیسا کچھ بھوگ بُدھی کے انوسار سُوجھے اُپائے کروں۔ پرنیام کو مدھیستھ (ثالث) بنا دیکھتا رہوں۔ اِس برتی کے سہارے آج تک جتنے دُکھ ہُوئے ہیں وہ ناٹک کے مانند محسوس ہوتے رہے ہیں۔ دِل کو رنج نہیں ہُوا۔

شریر سے کچھ تو لابھ پرتیت نہیں ہوتا۔ کسی گھنے جنگل میں جا کر چھوڑ دیا جائے۔ پھر وچارتا ہوں کہ آجکل لوگ انگریزی پڑھ کر مغربی فلاسفی پڑھ کر دھوکہ میں پڑے ہُوئے ہیں۔ اپنے شاستروں کو دیکھتے نہیں۔ بھٹکے ہُوئے ہیں۔ ایسے لوگوں کے ہِت کے لئے جنتا میں رہنا چاہیئے۔ جن لوگوں کا لکش (مقصد) کتابیں لکھ کر روپیہ کمانا ہے، وہ اُپنشدوں کے تتو کو کیا سمجھ سکتے ہیں؟ آجکل جو کچھ بھی لکھا جاتا ہے وہ بغیر انوبھو کے اِدھر اُدھر کی کتابوں میں سے انتخاب کر کے ہی لکھا جاتا ہے۔ بغیر سنجم، ویراگیہ آدی گنوں کے شاستروں کے گوڑھ تتووں کا سمجھنا ناممکن ہے۔

(۱۸) مانس بھکشن۔ شاستروں کی آگیا کیا ہے

سوال:۔ کیا شاستروں میں مانس بھکشن لکھا ہے؟

جواب:۔ ہاں! جو منش ہنسک یونی سے آیا ہے اُس کا مانس

کھانے کا سوبھاؤ ہے تو وہ فی الفور کیسے ترک کردے گا؟ اُس کو شاستر
میں وِشواس ہے تو وہ شاستر کی وِدھی سے کھائے گا۔ شاستر کہتا ہے
شِکار کر کے کھاؤ۔ اِس میں کچھ کشٹ ہے اور کچھ جان کا بھی خطرہ ہے
اگر اِس طرح سے کرے گا تو آہستہ آہستہ اُس کا ماس کھانا چھوٹ
جائے گا۔

شاستر میں یہ بھی ہے کہ وِشیش وِدھی سے مار کر کھانا چاہیئے
اِس میں بھی بڑا اَیندھن ہے۔ اِس طرح سے شاستر اپنے قواعد وضوابط
سے منُش کی رُچی کو ماس بھکشن سے ہٹانا چاہتا ہے۔ پھر یہ بھی کہہ دیا
ہے کہ اگر نہ کھائے تو اچھا ہے۔ یگیہ میں بھی آٹے کے بکرے کی بلی چڑھا
سکتا ہے۔ شاستر تو کسی بھی منُش کو اپنی قید سے باہر نہیں دھکیلنا چاہتا
بس وہ اپنی شردھا کو بنائے رکھنا چاہتا ہے۔ پھر وہ اپنے انیک بندھنوں
کی سہائتا سے پاپ سے بچانا چاہتا ہے۔ شاستر کی منشا تو ہمیں اُپنیہ
کی اور لے جانے کی ہے۔ دُوسری پرورتیوں میں انیک بندھن لگاکر
سب سے چھٹکارہ دلانا چاہتا ہے۔ اور انت میں ویراگیہ نِورتی کے
سہارے سنسار دُکھ سے بچانا چاہتا ہے۔

جیون کو بناوٹی طور پر کسی خاص ڈھنگ سے چلانے سے منش کبھو ساگر سے تر نہیں سکتا، بلکہ ترے گا تبھی جبکہ اُس کے اندر اصلیت Reality پُورے طور پر داخل ہو جائیگی۔ یہ بات بغیر ست سنگ، وچار، نیز ابھیاس کے ہونا محال ہے۔

وشے پراپت ہوتے ہُوئے وِشے سے بچنا بہادری ہے۔

جو وِشیوں میں سُکھ اکھاؤ کا تجربہ ہے، وہ برتی رہتے ہُوئے ہی ہوتا ہے۔ کیول وِشیوں کو اِندریوں کے ذریعہ نرکھشتا سے دیکھنا ماتر ہی کافی ہے۔ انوبھو آپ ہی ہو جاتا ہے کہ سُکھ ہے یا کہ نہیں؟ ہے تو کتنا ہے؟ یا جو کچھ محسوس ہوتا ہے وہ بھی بھرم ہے۔ اصل میں جو کچھ معلوم نہیں ہوتا۔ جس کو تھوڑا سا راگ ہوتا ہے اُس کو تو شیگھر ہی پتہ لگجاتا ہے کہ وِشے سُکھ شراب کی مانند ہے۔ لیکن جس کو راگ ہوتا ہے اُس کو کئی مدارج طے کرنے پڑتے ہیں۔ پھر بار بار دِکھلانے پر بھرم کا پتہ لگتا ہے۔ کئی حالتوں میں دیکھا گیا ہے کہ کئی بار بچانے پر جانچ آتی ہے۔ اِس کے بعد من کی وِکھشپت سُگمتا سے بند ہو جاتی ہے۔